ESSAI

N° 178.

SUR

L'EDUCATION PHYSIQUE DES ENFANS;

THÈSE

Présentée et soutenue à la Faculté de Médecine de Paris, le 25 août 1826, *pour obtenir le grade de Docteur en medecine,*

PAR CHARLES-AMAND PATENOTRE, d'Allouville,

Département de la Seine-Inférieure.

Les soins que l'on donne à l'enfance décident de l'homme à venir.

ROSTAN, *Elém. d'hygiène.*

A PARIS,

DE L'IMPRIMERIE DE DIDOT LE JEUNE,

Imprimeur de la Faculté de Médecine de Paris, rue des Maçons-Sorbonne, n.° 13.

1826.

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS.

Professeurs.

M. LANDRÉ-BEAUVAIS, Doyen.	Messieurs
Anatomie	CRUVEILHIER, *Examinateur.*
Physiologie	DUMÉRIL, *Examinateur.*
Chimie médicale	ORFILA.
Physique médicale	PELLETAN fils.
Histoire naturelle médicale	CLARION, *Examinateur.*
Pharmacologie	GUILBERT, *Président.*
Hygiène	BERTIN.
Pathologie chirurgicale	MARJOLIN. ROUX.
Pathologie médicale	FIZEAU. FOUQUIER.
Opérations et appareils	RICHERAND.
Thérapeutique et matière médicale	ALIBERT.
Médecine légale	ADELON.
Accouchemens, maladies des femmes en couches et des enfans nouveau-nés	DÉSORMEAUX.
Clinique médicale	CAYOL. LAENNEC. LANDRÉ-BEAUVAIS. RÉCAMIER.
Clinique chirurgicale	BOUGON. BOYER. DUPUYTREN.
Clinique d'accouchemens	DENEUX, *Suppléant.*

Professeurs honoraires.

MM. CHAUSSIER, DE JUSSIEU, DES GENETTES, DEYEUX, DUBOIS, LALLEMENT, LEROUX, MOREAU, PELLETAN père, PINEL VAUQUELIN.

Agrégés en exercice.

Messieurs	Messieurs
Arver.	Maisonnab.
Breschet, *Examinateur.*	Moreau.
Capuron.	Murat.
Chomel.	Parent du Chatelet.
Cloquet aîné, *Examinateur.*	Pavet de Courteille.
Coutanceau.	Ratheau.
De Lens.	Richard.
Gaultier de Claubry.	Rullier.
Gérardins.	Ségalas.
Guersent, *Suppléant.*	Serres.
Jadioux.	Thévenot.
Kergaradec.	

Par délibération du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui sont présentées doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, et qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.

A LA MÉMOIRE

DE MON PÈRE.

A MA MÈRE.

Témoignage du plus profond respect et du plus juste attachement.

C. A. PATENOTRE.

AVANT-PROPOS.

L'OBJET de l'éducation est de procurer au corps la force qu'il doit avoir, et à l'âme la perfection dont elle est susceptible ; d'où, l'éducation physique et l'éducation morale.

Dans tous les temps, les deux facultés dont l'homme est composé, en constituant ces deux genres d'éducation, donnèrent lieu aux travaux les plus utiles et les plus intéressans; des moralistes profonds et des médecins sages et savans fixèrent leur attention et exercèrent leurs plumes sur cet objet important : tout ce qui pouvait être dit à cet égard a été publié. Le but de mon travail n'est donc pas d'offrir une doctrine nouvelle ; mais les règles tracées par ces amis de la morale et de l'humanité étant perdues dans des écrits trop nombreux et trop volumineux, j'ai pensé que ce ne serait peut-être pas une entreprise tout-à-fait inutile, si, dans mon acte probatoire, j'essayais de rassembler celles que l'expérience a démontrées les meilleures, et de compléter celles qui sont présentées d'une manière incomplète ou peu suivie. Sans doute, il sera moins difficile de recueillir que de tracer les règles qui doivent diriger l'éducation des enfans ; en effet, l'âge, le sexe, le tempérament, la condition, le climat, apportent tant d'exceptions aux préceptes généraux, qu'il devient en quelque sorte impossible d'en déterminer l'application. Néanmoins, si l'on a égard au peu de temps que je puis consacrer à ce travail, et à l'insuffisance de mes moyens,

peut-être ne refusera-t-on pas à mes efforts l'indulgence que je réclame.

Bien que je considère l'éducation physique comme non susceptible d'être isolée de l'éducation morale, à cause des rapports intimes qui existent entre elles, je me propose toutefois de m'occuper plus spécialement de la première, me bornant à n'entrer que dans les considérations morales inséparables des préceptes relatifs au corps. Cette entreprise se présente hérissée de difficultés, et, à ne consulter que mes forces, je devrais reculer devant elles; mais je me sens poussé par le désir d'être utile à la société, en servant l'enfance, qui attend de nous l'intérêt qu'inspirent la faiblesse et l'espérance. D'ailleurs, la difficulté d'un essai de ce genre est moins décourageante, quand je ne l'entreprends qu'avec l'intention de profiter des lumières et des secours que je puiserai dans les écrits des auteurs qui ont traité de l'éducation des enfans, et dont j'emprunterai même jusqu'aux expressions chaque fois que je les jugerai préférables aux miennes.

Et il faut l'avouer, un semblable sujet a peut-être quelque chose d'entraînant, à une époque où l'éducation est généralement répandue, où les mères, plus que jamais pénétrées de leurs devoirs, se vouent avec un zèle religieux aux fonctions que leur impose la nature, et où enfin les parens, remplis d'un amour, je ne dis pas plus tendre, mais mieux entendu pour leurs enfans, s'en occupent davantage.

ESSAI

SUR

L'ÉDUCATION PHYSIQUE DES ENFANS.

Considérations générales.

Rien n'est parfait à sa naissance ; ce n'est que par degrés que tous les êtres de la nature parviennent à leur entier développement ; l'homme lui-même est soumis à cette loi. D'abord faible et chétif, il n'arrive qu'avec une lenteur extrême à cet état de maturité dans lequel il jouit de toutes ses facultés, et se trouve doué de la plénitude de son existence. A son entrée dans la vie, qu'il doit embellir de ses vertus et de ses talens, l'enfant réclame les soins les plus assidus ; incapable de pourvoir à ce qui lui est indispensable, plein de besoins, sans moyen pour les satisfaire, c'est à nous d'écarter de lui tout ce qui pourrait nuire, et de lui fournir tout ce qui lui devient nécessaire. Les parens se chargeront donc eux-mêmes de la première éducation de leurs enfans, évitant de les abandonner à une mercenaire, qui peut-être ne porterait à son élève qu'un intérêt sordide. Confiés à des mains étrangères, ces êtres faibles peuvent être exposés à l'aciton de causes capables d'empoisonner leur existence. N'a-t-on pas l'exemple de malheureux enfans dont on a détérioré la santé, en

les torturant dans un maillot, ou en les nourrissant d'une manière trop économique? Ce serait une indifférence tout-à-fait coupable, qui les exposerait à contracter une multitude d'habitudes vicieuses, dont, par la suite, on parviendrait difficilement à les corriger. A cet âge, l'homme est un jeune arbrisseau susceptible de prendre toutes les inflexions, à raison de son extrême délicatesse; son cœur, alors facile à impressionner, peut recevoir le germe de passions funestes qui doivent causer sa perte, et être pour les parens une source de regrets éternels. En effet, en même temps qu'elles arrêtent et anéantissent le développement de l'intelligence, les passions altèrent la santé, et conduisent le plus souvent au tombeau ces infortunées victimes de l'indifférence des parens, et de la stupidité ou de la turpitude d'une mercenaire. La plante s'élève sous des formes plus ou moins belles, selon la nature du sol sur lequel elle végète, et les soins que lui donne la main qui la cultive: l'animal offre un instinct plus ou moins admirable, selon l'habileté de celui qui le dresse; et l'homme, le plus souple de tous les êtres, marche vers un développement plus ou moins heureux, selon les impressions qu'il reçoit, et les personnes qui le soignent et le guident. L'éducation, en décidant de sa santé et de ses maux, de ses vices ou de ses vertus, prépare son bonheur ou le dispose à l'infortune.

D'ailleurs, l'éducation ne produit jamais des fruits plus certains que durant ces premières époques de la vie, où l'enfant est si propre à se revêtir de toutes les formes qu'on juge à propos de lui donner.

Mais quel sera le moment précis où se terminera le temps consacré à l'éducation? Chez les Athéniens, elle commençait à la naissance de l'enfant, pour finir vers la vingtième année: ce laps de temps n'était pas trop long pour former des hommes et des citoyens. Sa durée est à peu près la même parmi nous. Dans cet espace de la vie, l'enfant, éloigné de la perfection, s'organise, se fortifie et se déploie peu à peu: on peut le comparer au tendre rejeton qui, d'abord frêle et caché au milieu des arbres qui l'entourent, croît, s'étend, et finit par présenter tous les attributs d'un tronc vigoureux.

Division de la vie.

La vie se divise naturellement en trois grandes époques : l'accroissement, la consistance et le dépérissement.

Notre travail se borne à la première, sur laquelle nous ne pourrons nous étendre autant que nous l'aurions désiré. Nous nous occuperons des principaux soins à donner à l'enfant depuis sa naissance jusqu'à la puberté.

Division de la première époque de la vie.

La division des âges, établie par le savant *Hallé*, est celle que nous suivrons dans cet essai.

Dans l'application des moyens de l'hygiène, nous tâcherons de nous écarter le moins possible de la classification de ces moyens, établie par le même savant.

L'enfance se partage en deux époques principales, qui embrassent l'espace de douze à quatorze ans pour les habitans des contrées tempérées.

Ces deux principales époques se subdivisent ensuite en époques secondaires ; chacune de ces deux époques a reçu le nom de *première* et *seconde enfance.*

La *première enfance* (*infantia*), qui commence à la naissance et finit à sept ans, offre trois époques.

La première, caractérisée par les phénomènes qui signalent la naissance, est bornée par le travail de la première dentition, dont l'apparition a lieu vers le septième ou huitième mois.

La seconde date de la première dentition, aux ravages de laquelle elle participe spécialement, et se termine à la deuxième année. Dans son cours, les rapports de l'enfant avec ce qui l'environne, commencent à s'établir, par suite du développement des organes sensoriaux et locomoteurs.

La troisième, enfin, commence à deux ans et finit à sept. Dans cet espace, les organes sensoriaux et locomoteurs ont subi un développement remarquable.

La *seconde enfance* (*pueritia*) n'offre qu'une seule époque : elle s'étend de la septième année aux premiers signes de la puberté. Son cours est caractérisé par un développement général de tout le corps, une sorte de confusion des sexes, et quelquefois, hélas ! par une disposition à plusieurs affections graves, par suite d'une habitude funeste.

Notre travail s'étendra jusqu'à la puberté inclusivement. Nous exposerons les phénomènes qu'on observe dans l'organisation de l'un et l'autre sexe, à cette époque orageuse de la vie ; et, toujours fidèle à suivre le plan que nous avons tracé, nous développerons quelques-uns des soins physiques et moraux essentiels à cet âge.

Sur les qualités du père et de la mère.

A la vérité, l'enfant ne commence de vivre qu'au moment de la naissance ; ce n'est qu'alors qu'il doit être regardé comme un animal distinct, indépendant, ayant une vie à soi ; *vivens vitam propriam*. Néanmoins, il ne sera pas hors de mon sujet de dire quelque chose sur les qualités requises du père et de la mère, afin que la primogéniture naisse bien constituée.

> Quand une fois mal assis a été
> Le fondement de la nativité,
> Force est que ceux qui de tels parens sortent,
> D'autrui péché la pénitence portent.
>
> PLUTARQUE, *tragédie d'Hercule furieux*, trad. d'AMYOT.

On a observé que malgré l'influence qu'exercent les climats et le genre de nourriture sur notre économie, les enfans conservent souvent une ressemblance sensible avec les auteurs de leurs jours. Les Juifs, sous quelque ciel qu'ils se trouvent transplantés, ne perdent

pas cet air de famille, qui caractérise ce peuple. On ne peut attribuer cette particularité qu'à l'interdiction d'alliances étrangères dans leur nation; et qui ne sait que les mœurs plus ou moins sévères de ceux qui nous donnent le jour, mais surtout les qualités de la mère, ont évidemment la plus grande influence sur la manière d'être de l'enfant? La noblesse et la droiture du caractère, l'énergie de l'esprit, l'excellence du tempérament, l'élégance des traits et la force de la constitution furent rarement le partage de l'être infortuné qui dut la vie à des parens usés par le vice ou maltraités par la nature; aussi nous lisons que les Lacédémoniens condamnèrent leur roi Archidamus, pour avoir épousé une femme faible et trop petite : « au lieu de créer une race de héros, lui dirent-ils, vous ne mettriez sur le trône qu'une postérité d'imbécilles ».

On ne peut attendre qu'un rejeton débile, vicieux, contrefait, d'un père et d'une mère dont les mœurs sont dépravées, la santé chancelante, l'âge trop disproportionné, ou trop ou trop peu avancé. Ainsi l'union conjugale ne doit être désirable, qu'entre des personnes adultes, d'un âge proportionné, et distinguées par la pureté de leurs mœurs. La convenance des cœurs, la douce sérénité de l'esprit, le calme de la conscience, qui naît de l'innocence et de la sagesse, doivent être inséparables de semblables attributs, dont la réunion constitue le vrai bonheur.

L'antiquité jetait de la défaveur sur les enfans engendrés pendant l'ivresse et dans la débauche. De nos jours, les fruits d'un amour effréné et coupable, ont inspiré des sentimens différens. L'opinion fondée que les enfans se ressentent de l'énergie de leurs parens, donna lieu à la dangereuse erreur dans laquelle sont tombés quelques modernes. Il faut pourtant avouer, que si l'on réfléchit sur les dangers de tout genre auxquels ne craint pas de s'exposer le libertin, pour assouvir sa passion fougueuse, on pourrait voir en cela un appel de la nature qui serait favorable à l'espèce; mais quelle différence entre cet emportement qui ne connaît pour cause qu'une passion déréglée, et cette noble énergie qui ne se trouva jamais que dans l'âme

de l'homme sage et vertueux? D'ailleurs, pour peu qu'on examine ce prétendu courage des hommes trop passionnés, l'on verra qu'il n'est que passager comme la cause qui l'a fait naître. Qui céda jamais plus facilement aux revers que l'homme débauché ? Son cœur si aisé à émousser n'eut jamais d'ardeur et d'élans que pour le libertinage le plus énervant : le suicide vient souvent mettre un terme à une vie passée dans la débauche. Au reste, rien ne parle en faveur de la force corporelle des enfans naturels ; et l'expérience a démontré que la faiblesse du corps ne peut être qu'un obstacle au développement de l'esprit : *in corpore sano, mens sana.* Or, si parmi les enfans dits *de l'amour,* il s'en trouve quelques-uns doués de facultés intellectuelles éminentes, il serait peut-être plus raisonnable d'attribuer ce mérite en partie aux travaux forcés qu'exige leur manque d'appui dès leur entrée dans le monde.

Sur la conduite que la mère doit tenir pendant la gestation, dans son intérêt comme dans celui du fruit de ses entrailles.

La femme qui va devenir mère se doit toute entière à l'enfant qu'elle porte dans son sein; la tempérance ne dut jamais être plus rigoureusement observée que par la femme qui a conçu. Ses alimens seront d'une facile digestion, nourrissans et peu épicés. A mesure que la grossesse avance, les intestins et les voies de la digestion se trouvent nécessairement gênés; alors il est bon de s'abstenir des alimens qui pèsent trop sur l'estomac, qui en augmentent trop le volume, ou qui incommodent, tels que les farineux, etc. On peut les remplacer par des choses plus nourrissantes, comme la viande, ou plus propres à favoriser certaines fonctions comme les compotes. Il vaut mieux manger souvent et peu à la fois. On ne fera entrer dans le régime alimentaire que des substances et des boissons non stimulantes : l'usage immodéré du vin et des liqueurs spiritueuses est nuisible ; il peut même devenir un poison pour le fœtus. Les désirs et les appétits bizarres ne sont pas des lois auxquelles on ne puisse refuser

d'obéir sans danger ; et leur non-satisfaction n'est pas capable de produire sur l'enfant des traces ineffaçables, comme le vulgaire se l'est long-temps imaginé. Les changemens brusques d'air sont quelquefois funestes à la femme enceinte; ce sera donc avec la plus grande circonspection qu'elle s'y exposera, si elle ne peut les éviter : l'impression du froid et principalement du froid humide est toujours à redouter. On a remarqué que les accidens surviennent plutôt vers le troisième, et quelquefois vers le quatrième et même vers le cinquième mois ; c'est alors surtout qu'on évitera tout ce qui pourrait amener de la gêne dans les parties qui portent ce gage précieux, ou d'attirer vers un autre organe que la matrice un travail qui ne doit être employé qu'au développement du nouvel être : ainsi, point de purgatifs violens, point de veilles, ni de contentions d'esprit prolongées, etc.; les uns et les autres peuvent porter préjudice au fœtus. Les caprices de la mode seront sacrifiés à l'intérêt de l'enfant : la nature impose à la mère l'obligation sacrée de veiller à sa santé. C'est pour quoi les habits seront tenus propres, larges, faciles ; aucune ligature, aucune compression ne gêneront les viscères intérieurs ; exercées sans prudence et sans ménagement, les compressions ont occasionné plus d'un avortement. Le repos absolu pendant tout le temps de la grossesse n'est pas de rigueur ; des exercices modérés et agréables sont même nécessaires : mais la danse, l'équitation, le saut, la course doivent être interdits, nonobstant une foule d'exemples qui semblent prouver que ces exercices ne sont pas toujours nuisibles. Dans les derniers jours de la grossesse, la nature oblige la mère à garder le repos. S'il y a de la timidité à regarder le bain tiède comme dangereux pour la femme enceinte, il y a de l'imprudence à autoriser les bains froids. Les évacuations doivent être entretenues avec le plus grand soin. Les saignées sont rarement nécessaires chez les femmes délicates de la ville, à cause de la rareté de la pléthore générale chez elles. L'imagination alors disposée à l'émotion, ne peut, en aucune époque de la grossesse, être troublée sans de graves inconvéniens. C'est pourquoi on n'omettra rien pour

prévenir les passions violentes de tout genre, qui peuvent influer directement ou indirectement sur l'embryon, et pour produire ou conserver le calme et la sérénité de l'esprit bien désirables dans cet état. Au reste, la femme évitera tout ce qui pourrait la gêner, sachant que le fruit de ses entrailles participe aux maux qu'elle endure, et qu'un régime sagement ordonné et une vie chaste sont le plus sûr garant d'un accouchement heureux.

Première époque de la première enfance.

Elle commence à la naissance et finit à la première dentition exclusivement.

Au moment de la naissance, la surface du corps de l'enfant nous exprime exactement l'état de la respiration. « A l'instant où le fœtus « vient de franchir la vulve, elle est pâle et d'un blanc mat; si la « respiration ne s'établit pas, elle prend une couleur bleuâtre ou « noirâtre, qui est souvent marquée au pourtour de la bouche. A « mesure que la respiration devient plus parfaite, la couleur de la « peau prend une teinte rosée; le chorion et l'épiderme, baignés « jusque là dans un liquide chaud et entretenus dans un état de « mollesse par l'effet de ce contact, se raffermissent et se dessèchent; « les rides qui existaient surtout à la paume des mains et à la plante « des pieds, s'effacent. » (M. *Désormeaux.*)

La longueur du corps que recouvre un enduit sébacé est de seize à dix-huit pouces, et sa pesanteur varie entre cinq et sept livres; suivant les nombreuses recherches de M. *Chaussier*, la tête et le ventre sont d'une grosseur remarquable; le bassin est petit, les membres supérieurs sont proportionnément plus développés que les inférieurs; les fluides blancs prédominent; le corps est mou; la constitution, lymphatique.

Aussitôt que l'enfant est hors des parties de la mère, on a soin de dégager le cordon, s'il est entortillé autour du cou ou de quelque autre partie du corps; ensuite on place l'enfant sur le côté, en observant de tourner le visage du côté opposé à la vulve, afin que les mu-

cosités et l'eau contenues dans la bouche et l'arrière-bouche puissent s'écouler, et que le sang qui sort des organes génitaux de la mère ne vienne pas obstruer la bouche et les narines. *Hippocrate* prescrivait de ne couper le cordon ombilical que lorsque l'enfant avait complètement respiré et crié ; dans le cas où l'on avait remarqué qu'il était faible, et que ses respirations étaient incomplètes et accompagnées de soupirs, il fallait en différer la ligature. Les modernes ne jugent pas cette précaution d'une nécessité absolue. Quoi qu'il en soit, on coupe le cordon ombilical à quatre ou cinq travers de doigts de la surface de l'abdomen. Si la respiration est bien établie, il jaillit rarement plus d'une ou deux cuillerées de sang. Mais s'il arrivait que ce jet fut plus considérable, on modérerait la sortie du sang en serrant le cordon entre les doigts. Si la respiration était trop longtemps sans s'établir, ou si l'enfant était trop faible, on agirait de même ; et par un moyen différent, on remplirait l'indication que prescrivait *Hippocrate*, en recommandant de ne pas couper, dans ce cas, le cordon ombilical. On se ménage ainsi la faculté de laisser l'enfant perdre du sang, si on le juge convenable, sans avoir à craindre qu'il en perde trop. Cependant, on enlève l'enfant et on le porte dans un autre lieu, où l'on pratique la ligature en même temps qu'on lui prodigue les autres soins que son état exige. On se sert pour cela d'un cordonnet de sept à huit pouces de long, formé de cinq à six brins de gros fil, unis ensemble par de la cire. Au moment où l'on va placer la ligature, on a la précaution d'examiner s'il n'existe pas de hernie ombilicale qui se prolonge dans l'épaisseur du cordon. La grosseur de celui-ci commande cette précaution. Madame *Boivin*, dans son Mémorial, rapporte des exemples qui attestent que cette négligence a quelquefois causé la mort des enfans, lorsqu'une anse d'intestin s'était trouvée liée avec le cordon.

Les premiers actes de l'enfant naissant sont de pousser des cris ; sont-ils excités par la douleur dont la cause serait facile à saisir, ou, comme le pensait *Buchan*, par l'instinct qui le porte à dilater ses poumons, afin de favoriser l'établissement de la nouvelle circulation

et d'aspirer l'air nécessaire à son existence? Ils sont à la fois un signe des besoins de l'enfant et servent à l'expulsion des mucosités qui embarrassent le larynx, la trachée-artère et les bronches.

Si l'enfant paraît affaibli, il convient de lui faire avaler un peu d'eau vineuse, tiède et sucrée. Exposé à tous les dangers, il a besoin de secours de toute espèce. C'est avec beaucoup de justesse qu'il a été dit, que le roi de l'univers, dans cet état de douleur et de misère, était plus faible qu'aucun des animaux.

Couvert de matières butireuses qu'il a entraînées avec lui, il exige qu'on l'en débarrasse. On a vanté, pour remplir cette indication, l'eau à une température égale à celle de son corps, et rendue légèrement excitante par l'addition d'un peu de vin ou d'une infusion aromatique; mais il est démontré que, comme il s'agit de délayer ces matières, les corps gras peuvent seuls produire cet effet. On delaie cette substance avec de l'huile, et, ce qui vaut mieux, avec du beurre frais, et on l'essuie doucement. Du jaune d'œuf aurait le même avantage, et, de plus, celui de la rendre miscible à l'eau.

Bain tiède.

Le bain tiède suffit ordinairement pour enlever le sang qui souille le corps du nouveau-né. Ce n'est pas que les bains rendus stimulans par le vin ou par l'addition d'une certaine quantité d'alcohol soient sans utilité; ils servent à ranimer l'enfant faible, à affermir la peau molle et délicate, et ensuite à diminuer l'excès de sensibilité qui la dispose à s'enflammer et à s'excorier. Leur usage devient même indispensable, si plus tard l'enfant paraît disposé aux affections scrophuleuses.

Chez les Athéniens on lavait le nouveau-né avec de l'eau tiède, conformément au conseil d'*Hippocrate*. *Celse* conseillait aussi cette pratique. (*Cels. de re medicâ.*) Le bain tiède, encore que convenant le mieux au premier âge, ne serait pas néanmoins sans inconvéniens, s'il était trop souvent réitéré. Son usage fréquent ajouterait à la laxité

déjà trop grande des tissus, et augmenterait la sensibilité de la peau déjà trop exquise. Au reste, on ne contestera pas son utilité quand la constitution de l'enfant l'expose aux convulsions, qu'il est très-propre à prévenir, en produisant le calme et le bien être.

Bain chaud.

Le bain chaud, par son action prompte, combat merveilleusement, selon le professeur *Baumes*, une grande débilité caractérisée par la pâleur générale et par l'engourdissement des membres : dans tout autre cas, son usage serait nuisible.

Bain froid.

C'est peut-être ici le lieu de détruire une erreur qui a fait beaucoup de victimes et dans laquelle ont été entraînés plusieurs philosophes, dont le nom est capable d'imposer; J. J. Rousseau, admiré avec trop d'enthousiasme par les uns, et rejeté d'une manière trop exclusive par les autres, a donné lui-même dans cette funeste méprise : je veux parler des bains froids, dont l'usage a été longtemps répandu chez plusieurs peuples. Au rapport de *Locke*, les Irlandais et les Ecossais lavaient leurs enfans dans l'eau froide, au moment de leur naissance; il en avait été de même auparavant chez les Germains, et l'histoire nous apprend que la même chose se pratiquait chez les Lacédémoniens ; mais le motif de cet usage en prouve précisément le danger. Lycurgue, en faisant plonger les enfans dans l'eau froide, voulait uniquement s'assurer par là de ceux qui pourraient dans la suite supporter les fatigues de la guerre, puisque les plus faibles succombaient dans cette épreuve.

Nous lisons bien aussi dans Virgile, Enéid., liv. IX.e,

« *Durum à stirpe genus; natos ad flumina primùm*
« *Deferimus, sævoque gelu duramus et undis.*

Une pareille épreuve ne serait rien moins qu'utile dans nos climats ; c'est là l'avis de plusieurs auteurs et praticiens justement estimés.

On sait que l'action du bain froid est d'autant plus vivement ressentie que le corps qui l'éprouve est plus impressionnable, et d'autant plus dangereuse, que l'être soumis à son influence est moins en état de le supporter. La susceptibilité nerveuse et la débilité sont portées au plus haut degré chez le nouveau-né. Le bain froid pourrait-il n'être pas nuisible ? *Frigidum nervis inimicum.* (Aph. d'Hipp.)

Peut-être alléguera-t-on que des nations entières plongent leurs nouveau-nés dans une eau glaciale, et que chez elles les peuples sont sains et robustes? En pourrait-il arriver autrement, puisque ceux qui résistent à ces dures épreuves doivent être fortement constitués, tandis que le plus grand nombre périt victimes de cette barbare coutume? Cette considération mettra le philosophe de Genève en contradiction avec lui-même. Il dit d'abord avec beaucoup de raison dans son Emile : « Observez la nature, et suivez la route qu'elle vous trace » ; et puis il recommande l'usage du bain froid, dont l'action est directement opposée à la route que suit la nature dans ses efforts critiques chez l'enfant. (Pour bien observer la nature, il faut l'avoir étudiée et la connaître). Les efflorescences et les croûtes du tronc, et particulièrement celles de la tête, prouvent d'une manière incontestable que les efforts salutaires de la nature se font de dedans en dehors. Le bain froid agit dans un sens opposé ; il repousse de la périphérie les humeurs vers le centre.

Un médecin érudit, dont la perte récente et prématurée occasionne de justes regrets et dont les dernières volontés furent encore un hommage rendu aux sciences, qu'il cultiva avec goût et succès toute sa vie, M. *Moreau,* de la Sarthe, parle ainsi dans ses Réflexions philosophiques et médicales : « Lors du triomphe le plus général des prin» cipes de l'éducation physique présentés par Rousseau, un » homme de lettres distingué qui les adopta sans restriction, perdit » ses enfans à la suite de bains froids, et son épouse, par l'effet de » plusieurs allaitemens, auxquels sa constitution faible et délicate

» devait s'opposer. Ce père infortuné vit encore aujourd'hui, et dé-
» trompé par la plus cruelle expérience, il répète souvent avec l'ex-
» pression d'une douleur que le temps n'a pas allégée : » Si par la science,
» objet constant de vos méditations, vous cherchez à exercer une
» grande influence sur le bonheur de la société, osez attaquer avec
» courage les paradoxes funestes de Rousseau, et aux prestiges de l'é-
» loquence qui les fit triompher, opposez les larmes amères et le deuil
» éternel des infortunés qu'ils ont séduits. »

Le travail de *Marcard* sur les bains contient des considérations non moins concluantes relativement au dangereux usage du bain froid pour les enfans; ce bain raccourcit indubitablement les fibres avec lesquelles il est en contact, et cet effet se communique vraisemblablement par sympathie, de la surface jusqu'aux parties les plus éloignées. Son fréquent usage contracte trop les fibres, et augmente leur solidité et leur densité; il donne à un corps jeune les qualités d'un corps plus âgé, et il est impossible qu'il puisse en résulter rien d'utile. *Macard* a vu dans les temps froids la peau des enfans auxquels on avait fait prendre beaucoup de bains froids, devenir si écailleuse et si dure autour des hanches, qu'elle se gerçait et que l'on était forcé de recourir à l'application des corps gras pour lui rendre de la souplesse. Une autre raison essentielle de s'abstenir du bain froid; c'est qu'il diminue la tendance naturelle du dedans au dehors, probablement parce qu'il rétrécit les vaisseaux de la surface, qui ne se trouvent plus en proportion avec ceux de l'intérieur. Cet effet influe sur les maladies éruptives, dont la marche dépend de cette disposition. *Marcard* a eu plusieurs fois occasion d'observer que dans ces maladies l'éruption était toujours extraordinairement retardée, et accompagnée des phénomènes les plus alarmans. Un enfant qu'on avait, dès la première semaine de sa naissance, baigné tous les jours dans l'eau froide, fut inoculé à l'âge de dix mois. A l'époque de l'éruption, les boutons ne purent paraître, la nature travailla plusieurs jours, et au delà du temps ordinaire, avec une énergie qui devait faire présager le plus grand danger et une érup-

tion nombreuse, l'enfant éprouva des convulsions fréquentes; enfin la nature triompha, et quelques boutons d'une nature bénigne furent le résultat de ce tumulte effrayant. Dans ce cas, n'est-il pas permis de penser que l'usage réitéré du bain froid a été la cause du retard et de ces symptômes extraordinaires dans cette éruption?

Air.

« Ce n'est pas seulement pour la préparation de sa nourriture, dit très-bien M. le professeur *Richerand*, que l'enfant a besoin du secours de sa mère; ses poumons délicats et imparfaitement développés n'oxydent pas assez le sang qui les traverse. La chaleur animale serait au-dessous de ce qu'exigent les besoins de la vie, si la mère ne suppléait à ce défaut, en lui transmettant de sa propre chaleur; elle le presse doucement contre son sein, le réchauffe de son haleine, et par cette sorte d'incubation, elle lui continue l'influence calorifique à laquelle elle le soumettait pendant qu'il faisait partie d'elle-même. » C'est pourquoi, tout ce qui entoure le nouvel être sera coordonné d'une manière convenable et disposé de telle sorte, qu'il n'en reçoive aucune impression fâcheuse. On évitera de l'exposer à un air froid, au moment de sa naissance; ce n'est que par degrés qu'on le fera passer de la douce chaleur maternelle aux rigueurs de l'atmosphère. Ainsi, on le tiendra d'abord proche de sa mère, dans un appartement échauffé, jusqu'à ce que ses forces se soient un peu développées; mais bientôt l'air pur et sec des lieux élevés, traversé par les rayons d'un soleil bienfaisant, conviendra davantage. En effet, il excite tout l'organisme, colore la peau, favorise l'évaporation qui se fait à sa surface et raffermit les solides. Au bout de quelques mois, on l'habitue à l'impression d'un air modérément chaud, auquel on le tiendra souvent exposé nu pendant quelques instans; à défaut de la chaleur solaire, on le placera devant un feu clair, C'est alors qu'on le verra s'étendre et agiter ses petits membres, tandis qu'on exercera de douces frictions sur toute la

surface de son corps. Les frictions ainsi que les onctions et le massage peuvent être avantageux au premier âge. Les premières, qui sont d'un usage plus habituel, se font avec la main seule, ou bien avec une flanelle imbibée de vapeurs aromatiques. Exécutées mollement et souvent répétées, elles sont d'une grande utilité : car, outre qu'elles semblent indiquées par le plaisir qu'elles causent à l'enfant, qui manifeste la plus grande joie, quand on lui passe doucement et à plusieurs reprises la main derrière le dos, elles font participer le corps aux avantages qu'il retirerait de l'exercice ; elles déterminent une excitation locale et même générale, augmentent la tonicité et le ressort des fibres, et favorisent la transpiration en même temps que la sortie des affections éruptives, qui sont les garans de la santé et même de la vie des enfans.

L'air humide, peu éclairé et non renouvelé, produit des effets opposés à ceux de l'air chaud et sec; il débilite et amollit les tissus, diminue la transpiration, décolore la peau, en un mot étiole les êtres soumis à son influence, et est une des causes les plus ordinaires des scrophules, du rachitisme, etc.

L'air chargé de miasmes est encore plus nuisible aux enfans, à raison de la grande activité du système absorbant ; c'est pourquoi l'air des grandes villes est peu favorable pour cet âge ; il n'en est pas de même de celui des champs qui alors a tant d'influence sur toute l'habitude du corps.

Habillement.

Rousseau, que l'ardeur de son imagination a fait tomber dans de nombreux écarts, a néanmoins rendu de grands services à l'enfance, en frappant d'anathème les liens par lesquels on torturait le premier âge. Sa plume éloquente n'a pas peu contribué à la disparition du maillot, sur les dangers duquel une longue habitude avait fermé les yeux des mères, nonobstant les avis fré-

quens des médecins les plus recommandables. « L'homme civilisé, « dit-il, naît, vit et meurt dans l'esclavage ; à sa naissance, on le « coud dans un maillot ; à sa mort, on le cloue dans une bière ; « tant qu'il garde figure humaine, il est enchaîné par nos insti- « tutions. » (Emile). Le maillot n'est plus employé tel qu'il était autrefois ; il a été du moins modifié de manière à ne plus présenter les graves inconvéniens qu'on lui reprochait. Aujourd'hui, rien de plus simple et de moins compliqué que la garde-robe du nouveau-né : un béguin, un petit bonnet, un fichu, une petite camisole et quelques langes, voilà à peu près tout ce dont elle se compose.

Le cuir chevelu est alors doué d'une force exhalante très-considérable, et le siége d'une transpiration très-prononcée : dans ce cas il n'est pas moins nuisible de surcharger la tête de bonnets qui concentrent une chaleur incommode, qu'ils augmentent même au delà du terme convenable, que de la tenir découverte, tant qu'elle est dépourvue de cheveux ; un béguin surmonté d'un petit bonnet suffit ; les linges qui entourent la tête seront souvent renouvelés. Si l'on doit éviter tout ce qui tend à accroître la transpiration du cuir chevelu, il ne serait pas moins dangereux de l'arrêter ; c'est pourquoi la tête sera constamment couverte de linges qu'on tiendra avec soin, propres et secs : mais ils ne seront jamais appliqués trop chauds ; car ils favorisent les congestions vers l'encéphale et les éruptions qui se manifestent sur le cuir chevelu. Plus tard, quand la tête est suffisamment munie de cheveux, elle peut être libre de toute enveloppe ; on la couvrira seulement d'un léger chapeau à larges bords, pour la soustraire aux rayons du soleil. Quant au reste des vêtemens, un fichu, une chemise fine, une petite camisolle croisée par derrière, et enfin deux morceaux d'étoffe ou de coton, voilà tout ce qui est nécessaire pour le moment ; l'essentiel est que, couvert sans être chargé, l'enfant puisse dans cet accoutrement exécuter tous les mouvemens dont son corps et ses membres sont susceptibles. Cependant ces

vêtemens exerceront sur les parties une pression suffisante pour leur conserver une chaleur salutaire. On sait que les habits trop étroits, en comprimant les membres frêles et délicats de l'enfant, les paralysent et les atrophient en quelque sorte, s'opposant aux mouvemens nécessaires à leur accroissement. Si la compression est exercée dans une attitude contre nature, des directions vicieuses, la prédominance des parties non soumises à son influence, en seront le fâcheux résultat. D'ailleurs, se sentant ainsi dans les chaînes, le petit infortuné se fatigue en vains efforts et pousse des cris qui l'épuisent.

On comprend l'utilité des chemises et des brassières larges et ouvertes par derrière : on aura soin surtout que les manches soient très-aisées, de peur que les doigts de l'enfant ne s'y trouvent arrêtés et renversés. On prévient cet accident, en introduisant par l'ouverture inférieure de la manche, deux doigts avec lesquels on va chercher la main de l'enfant, qu'on fait passer ainsi, sans courir le risque de la tirailler et même de la luxer.

L'usage de fixer les vêtemens avec des épingles n'est pas sans danger; on a là-dessus une infinité d'observations qui attestent qu'il peut occasionner les plus graves accidens. Quelque attention qu'on ait, il arrive trop souvent qu'elles blessent l'enfant, au point de déterminer les convulsions les plus violentes.

Il est convenable pendant les cinq ou six premiers jours de la vie, d'entourer le ventre d'une petite bande, au-dessous de laquelle on aura préalablement appliqué une légère compresse pour soutenir la cicatrice du cordon, et pour prévenir la hernie ombilicale.

Lorsque l'enfant est nettoyé et habillé, il est tenu dans un appartement spacieux où règne une température modérée. On aura garde de l'exposer à une vive lumière, de crainte que ses nerfs optiques ne soient vivement ébranlés; dans ce cas, ils peuvent entrer en convulsion et s'altérer; la cécité complète a été même quelquefois le résultat de cette imprévoyance; on éloignera pareillement de lui les

sons trop bruyans et trop discordans ; son oreille en serait choquée et dérangée, et par-là son repos troublé.

Lit.

Le nouveau-né aura son berceau ; il ne serait pas prudent de le mettre dans le même lit que sa nourrice ; celle-ci, en dormant, pourrait lui causer le plus grand mal et même l'étouffer. D'ailleurs, la cohabitation de deux individus d'un âge fort différent, est toujours désavantageuse au plus jeune. Comme celui des adultes, le lit ne doit être ni trop chaud, ni trop mou ; (il est bon qu'il soit assez dur) il sera garni d'un matelat de crin, de paille d'avoine ou de fougères. On en bannira la plume et la laine, dont la chaleur serait incommode et nuisible, et la mollesse qui pourrait favoriser la mauvaise attitude du corps ; on y placera d'abord l'enfant sur l'un ou l'autre côté, la tête et les épaules un peu élevées, pour l'aider à rejetter la salive ou les glaires, dont la poitrine est plus ou moins embarrassée, et on l'y attachera au moyen de quelques croisés de bandes ou de rubans. On peut recouvrir ce petit lit, pour modérer l'impression de la lumière ou du froid ; mais le rideau en sera toujours entr'ouvert et assez élevé, pour permettre le renouvellement de l'air. (M. *Capuron.*)

Le berceau ne doit point être placé dans un endroit trop humide ou trop chauffé, comme il faut toujours avoir soin de le mettre en face de la lumière et des objets qui piquent la curiosité de l'enfant, afin qu'il ne soit pas obligé de tourner avec peine les yeux pour les regarder. Cette précaution est essentielle, puisqu'on a vu son oubli causer le strabisme ; les enfans étant naturellement portés à diriger leur vue vers les objets qui les intéressent.

Le changement fréquent de linge est reconnu généralement comme trop utile pour qu'il soit besoin de le recommander. La seule attention qui s'y rattache, est de ne jamais l'employer sans être parfaitement propre, ce qui peut produire des excoriations douloureuses,

ou encore humide, parce qu'il en peut résulter plusieurs accidens. Quant à sa composition, le linge qui est tissu en fil de coton semble moins convenable pour les enfans, que celui qui est tissu en fil de lin ou de chanvre. Moins frais et conservant davantage les produits de la transpiration, il ne facilite pas cette fonction de la même manière que l'autre ; on a observé qu'il tendait à rendre la peau âpre, sèche, rugueuse.

Nourriture.

C'est la nature qui fixe l'intervalle que l'on doit mettre entre la naissance de l'enfant, et l'instant auquel on lui présentera le sein. Quelques auteurs ont prétendu à tort, qu'il fallait attendre la terminaison de la fièvre de Lait; on perdrait par là de grands avantages, qui sont de prévenir cette même fièvre et l'engorgement des mamelles. L'heure marquée par la nature pour donner le sein au nourrisson, sera celle où, après avoir pris du repos et quelques alimens pour se remettre des fatigues du travail et renouveler ses forces, la mère sentira ses mamelles un peu gonflées et remplies ; pendant cet intervalle qui sera de plusieurs heures, on fera avaler au nouveau-né quelques cuillerées d'eau sucrée.

Dans le cas où le méconium ne coule point du tout, ou coule difficilement, on en favorise l'éjection au moyen de un ou deux gros de manne, ou mieux de sirop de rhubarbe étendu avec une suffisante quantité d'eau simple ou de fleur d'oranger : mais il est rare qu'il faille recourir à ces laxatifs ; le nouveau-né en trouvera de plus naturels dans le lait de la mère, d'abord très-séreux et purgatif; il a la propriété d'exciter une irritation modérée et salutaire dans les organes digestifs assoupis du nouveau-né, et de les débarrasser des matières excrémentitielles qui les obstruent. Bientôt doux et sucré, il est le plus restaurant des alimens, il acquiert plus de consistance et devient de plus en plus nutritif, à mesure que l'enfant croît et réclame un aliment plus solide ; il est en un mot dans tous les temps de l'allaitement ce qu'il doit être.

On ne peut préciser combien de fois par jour l'enfant prendra le sein de celle qui le nourrit. Sa nutrition souffrirait s'il le prenait trop rarement ; et il y aurait de l'inconvénient à le lui présenter trop souvent. Dans ce cas, outre que le lait n'aurait pas le temps de se perfectionner, l'estomac de l'enfant surchargé serait bientôt affaibli, et des digestions pénibles ne tarderaient pas à amener de graves maladies ; il faudra consulter les besoins de l'enfant, qui seront indiqués par ses cris, ses vagissemens et par les mouvemens de succion qu'il exécute ; alors la chose devient moins difficile à déterminer. Dans cette première époque, il ne serait peut-être pas mal à propos d'habituer l'enfant à téter quatre fois par jour avant le repas de sa nourrice, et deux fois la nuit : plus tard, on tâchera de le déshabituer du sein pendant la nuit ; cette habitude, qui devient un besoin réel, fatigue la mère, plus qu'elle n'est nécessaire à l'enfant, dont elle interrompt le sommeil.

Jusqu'aux signes précurseurs de la dentition, le lait de la mère offre une nourriture suffisante à l'enfant. L'on est rarement dans la nécessité d'ajouter d'autres alimens.

Dans ces premiers temps de la vie, l'enfant a peu de sensations : téter, digérer, respirer et dormir, c'est à cela que se borne toute son existence.

Avantage et nécessité de l'allaitement maternel.

Accablée encore du travail de l'enfantement, la mère oublie ses douleurs à la vue du fruit de ses chastes amours ; ses transports de joie apparaissent à travers ses traits affaissés par l'effet des maux qu'elle a endurés ; celui qu'elle a nourri de son sang dans ses entrailles, attend maintenant d'elle une nourriture qu'elle ne lui donnera pas sans une certaine volupté : elle imitera l'exemple de la pieuse Blanche de Castille, qui ne voulut jamais qu'une autre partageât avec elle le titre qu'elle tenait de Dieu et de la nature. Ne considérant pas son sein comme un simple ornement, elle n'y tarira

pas la source à laquelle son enfant doit puiser la vie et la santé: mais ce devoir sacré, la nature ne l'impose pas à toutes les mères d'une manière absolue ; quelques-unes en sont dispensées, bien que l'allaitement maternel soit la nourriture la plus convenable que l'on puisse offrir au nouveau-né. En effet, ce ne serait pas sans danger qu'un enfant sucerait le lait d'une mère vaporeuse, hystérique, épileptique, scrophuleuse, dartreuse, disposée à la phthisie, ou recelant dans son sein le germe de quelques vices ; et la mère, dont la santé est faible et chancelante ne courrait pas de moindres dangers en allaitant. Cependant *Rousseau*, sans tenir aucun compte de l'expérience que l'on doit consulter en tout, commandera l'allaitement d'une manière presque tyrannique ; il ira jusqu'à dire qu'un enfant n'a pas de nouveau mal à craindre du même sang dont il est formé. L'éloquence seule de l'auteur d'Emile pouvait donner quelque apparence de réalité à cette assertion évidemment fausse.

Mais pourquoi faut-il que quelques mères, plus occupées d'elles-mêmes que de leur tendre rejeton, sacrifient à leurs plaisirs et à leur tranquillité, la plus douce et la plus sacrée des fonctions que leur impose la nature ? Qu'elles apprennent donc que l'allaitement maternel n'est pas avantageux seulement pour l'enfant ; leur propre intérêt leur en fait à elles-mêmes une obligation. Si elles sont sensibles à la perte de leurs charmes, si elles veulent les garantir des attaques destructives d'une longue convalescence, qu'elles allaitent leur enfans. La suppression du lait dans sa plus grande affluence aux mamelles, les flétrit mille fois plus que l'allaitement. Les Géorgiennes nourrissent toutes leurs enfans ; cependant, en quel lieu de l'Univers la nature a-t-elle pris plaisir à répandre plus de grâces dans la physionomie et plus d'élégance dans la taille ? L'espèce humaine, chez cette nation, jouit depuis des siècles du précieux avantage d'avoir le plus beau sang du monde.

La suppression du lait est loin d'être un garant de la santé ; elle porte au contraire le trouble et le désordre dans toute l'économie animale, et devient le germe d'une infinité de maux, tels que l'a-

liénation mentale, les affections nerveuses, la cécité, la surdité l'apoplexie, des inflammations de tous les viscères, leur désorganisation lente et chronique, des cancers, des écoulemens intarissables, des éruptions cutanées, etc.

Mais à d'autres maux, et plus cruels encore, est exposée la mère qui refuse d'allaiter; les peines du cœur ne tarderont pas à l'assaillir; des remords cuisans, mais tardifs, viendront la tourmenter. La froide et déchirante indifférence de son fils, voilà ce qui attend la mère assez aveuglée pour laisser à d'autres femmes le doux plaisir d'allaiter son enfant, et de recevoir ses premières caresses. La simple et paisible jouissance qu'elle goûterait dans son ménage, elle y renonce pour les assemblées mondaines et les plaisirs frivoles de la société. Un jour viendra, comme le dit *Bernardin de Saint-Pierre*, où cet enfant verra sortir sa pompe funèbre de la maison paternelle avec la même indifférence qu'elle en a vu sortir son berceau. Et ces désunions fréquentes parmi les époux, d'où viennent-elles, si ce n'est peut-être de cette dépravation? Un mari oublie facilement qu'il est époux, quand rien dans sa maison ne s'offre à sa tendresse pour lui rappeler qu'il est père. Lycurgue défendait aux Lacédémoniens de livrer leurs enfans à des mains étrangères; les Germains ne confiaient jamais les leurs aux soins d'une nourrice; les Chinois ne font aucun cas de la mère qui n'allaite pas; et le philosophe Favorinus, convaincu que la sollicitude maternelle ne se supplée pas, disait à une dame romaine :

« C'est un partage odieux, Manlia, et maudit par la nature, ce « n'est qu'une demi-maternité que de donner le jour à un être « innocent, et de le rejetter ensuite loin de soi; vous avez nourri « de votre sang cet être infortuné, lorsqu'il était encore renfermé « dans vos flancs, et par une inconséquence funeste, vous lui re- « fusez votre sein, maintenant qu'il est sous vos yeux, maintenant « que ses caresses et ses cris réclament la tendresse et les droits in- « inviolables de la maternité.... Croyez-vous, Manlia, que ces « globes séduisans qui parent votre sexe, aient été arrondis par la

« main des grâces, pour servir d'ornemens seulement ? Ne sa-
« vez-vous pas que la nature les y a placés, pour nourrir les
« nouveau-nés ? Et que m'importe, me répondra quelqu'un,
« quelle espèce de lait il suce ? Que n'ajoutes-tu donc aussi, père
« dénaturé, que m'importe de quel sang mon fils soit issu, et dans
« quel sein il prenne la vie ?..... Chastes matrones, vous êtes
« désolées d'avoir des enfans qui dégénèrent ; souffrez qu'on vous
« le dise, c'est votre faute ; il fallait leur transmettre avec votre
« lait la pureté de vos mœurs et la force de votre constitution. . . »

Ces considérations ne s'adressent qu'à la mère à qui la coquetterie ou la nonchalance ferait oublier ses véritables devoirs. Nous n'établissons pas d'une manière rigoureuse que toutes les mères soient indistinctement obligées à l'allaitement, dont nous avons exposé ailleurs les dangers pour quelques-unes.

Choix et conduite de la nourrice.

La mère que la faiblesse de sa santé dispense de nourrir, doit mettre la plus grande importance dans le choix d'une nourrice; celle-ci, âgée de vingt à trente cinq ans, jouira d'une santé florissante, et sera de mœurs douces et pures. Son lait, sous le rapport de l'ancienneté, sera proportionné à l'âge de l'enfant. Si le temps de l'accouchement de la nourrice ne répond pas à la naissance de l'enfant, et que déjà son lait soit trop ancien, celui-ci aura des qualités trop actives, pèsera sur l'estomac du nouveau-né, et ne débarrassera que difficilement les intestins du méconium qu'ils contiennent : il importe donc que dans les premiers temps la nourrice adopte un régime capable de le liquéfier. C'est dans ce but qu'elle mangera un peu moins, et prendra une boisson délayante, telle que du petit-lait, une décoction d'orge, de racines de chiendent, de réglisse, etc. Néanmoins, la simple et robuste villageoise, uniquement occupée de soins domestiques sera souvent plus utile à l'enfant que la délicate

citadine, attentive seulement à satisfaire ses goûts ; et peut-être dira-t-on de son élève ce que Plutarque rapporte d'Alcibiade : « S'il fut le plus beau et le mieux fait des Athéniens, c'est qu'il n'avait pas la mollesse des autres Grecs, et qu'il fut nourri par Amicla, spartiate qui, comme toutes les autres femmes de sa nation, entendait parfaitement l'art d'élever les enfans. »

Ç'a été une opinion généralement répandue que l'enfant pouvait sucer, avec le lait, les vices moraux de ses parens. Didon, dans les transports de son furieux désespoir, dit à Enée : « Non, tu n'es pas le sang de Dardanus ; non, tu n'es pas le fils d'une déesse, traître ! l'affreux Caucase t'engendra dans ses rochers sauvages, et ton enfance suça le lait des tigresses d'hyrcanie. » Je ne pense pas qu'il en soit ainsi ; l'on aurait plus raison de dire que l'enfant prend de la disposition à ces vices par la première éducation, dont personne ne conteste l'influence. C'est peut-être là, la meilleure explication à donner d'un fait souvent observé. Cette considération ne peut qu'ajouter à l'importance du choix de la nourrice, bien loin de l'affaiblir, et fera préférer l'allaitement artificiel à une nourrice qui ne se présenterait pas avec les qualités physiques et morales que l'on doit exiger.

Allaitement artificiel.

On appelle *allaitement artificiel* le procédé de nourrir un enfant avec le lait d'un animal ou avec d'autres alimens ; c'est-à-dire sans qu'il tète sa mère ou une nourrice.

Le lait d'ânesse, de jument, et celui de chèvre et de vache, ont des qualités différentes ; il y a donc un choix à faire entre eux. Le lait d'ânesse est celui qui se rapproche le plus de celui de la femme, en même temps qu'il nourrit sans crainte de surcharger l'estomac et de fatiguer les organes. Celui de jument, dont les Tartares se servent avec succès, est pareillement léger et sucré. Quant au lait des autres animaux, il est épais, pesant, et d'une digestion lente. Le lait de chèvre, surtout celui de la chèvre blanche et sans cornes, présente le double

avantage de convenir parfaitement à l'enfant, et de pouvoir être pris au trayon de l'animal ; et un observateur aussi profond qu'érudit, M. le professeur Désormeaux, regarde comme un préjugé l'opinion que les enfans étaient vifs, colères, pétulans, s'ils avaient été nourris par une chèvre : « Du moins, si cette influence existe, ajoute le même professeur, elle est beaucoup moins considérable qu'on ne le pense ».

Avant le sixième ou septième mois, le lait de vache ne serait pas administré pur sans inconvénient ; il sera donc coupé par une décoction d'orge perlée, qu'on aura soin de renouveler souvent, ou bien par une légère émulsion d'amandes, et mieux encore par du petit-lait clarifié. Ce mélange se rapproche davantage du lait de la femme, qui est abondant en sérum. Il est administré ainsi étendu et mélangé dans des proportions différentes, selon l'âge de l'enfant. Par là on se conforme à l'ordre établi par la nature, qui rend le lait de la mère de plus en plus consistant et nutritif. On met d'abord deux tiers de liquide aqueux, puis la moitié, enfin le quart, jusqu'à ce qu'on arrive à l'administrer tel qu'il est, ce qui ne doit être guère avant le septième ou huitième mois. On trait l'animal deux ou trois fois le jour, afin d'avoir le lait nouveau ; et chaque fois qu'on le donne à l'enfant, on lui communique une certaine chaleur, soit au bain-marie, en évitant de le pousser jusqu'à l'ébullition, ce qui l'altèrerait, soit, ce qui vaut mieux, en le mélangeant avec le liquide encore chaud auquel on doit l'unir. Ce lait s'administre ensuite avec la cuiller, le biberon, ou à l'aide d'une petite bouteille dont on garnit le goulot avec une éponge. Mais de ces trois moyens, dont le premier est assez commode, le biberon est sans contredit le plus convenable. Celui qui présente une espèce de mamelon percé de plusieurs trous, et auquel serait adaptée une éponge bien fine et bien propre, recouverte d'un linge blanc, sera préféré à tout autre, parce que l'enfant, dans ce mouvement de succion qu'il est obligé de faire pour attirer le lait qui vient toujours d'une manière uniforme, excite la sécrétion salivaire, nécessaire à une bonne digestion.

Sommeil.

Le sommeil étant favorable à la nutrition et à l'accroissement du corps, doit être nécessairement prolongé à cet âge ; aussi, dans les premiers mois de sa vie, l'enfant borne toute son existence à téter et dormir. Le sommeil, constituant un besoin impérieux dans les premiers ans, à cause de la fatigue prompte qu'éprouvent les organes agissant avec ardeur, et recevant des impressions pour eux toutes nouvelles, il importera alors, non-seulement de le respecter en laissant l'enfant s'y livrer autant qu'il le souhaite, mais encore de tâcher de le rendre plus prolongé ou régulier chez celui qui paraîtrait le perdre ou n'en pas jouir paisiblement. Si donc l'enfant s'éveille et pousse des cris, ce n'est que parce qu'il a faim ou d'autres besoins. Il faut dans ce cas lui présenter le sein s'il semble le demander, ou le nettoyer et lui donner d'autre linge s'il est sali par des matiéres. Nous avons dit ailleurs qu'on ne lui laisserait pas, sans inconvénient pour la mère et pour lui, contracter l'habitude de téter pendant la nuit. Bientôt son sommeil ne sera plus interrompu, si une sorte d'instinct ne le porte à s'éveiller ; et l'on ne sera pas dans la nécessité de le bercer, pratique vicieuse qui peut entraîner une congestion cérébrale et autres accidens, surtout lorsque l'exécution en est confiée à des enfans ou à des servantes brutales et stupides. Il conviendrait donc de s'abstenir d'un moyen qui ne procure de repos que par la fatigue qu'il occasionne. Il est probable qu'on aurait, pour suivre ce parti, plus de facilité qu'on ne le présume, si, au lieu de coucher trop souvent un enfant, seulement pour s'en débarrasser, on ne le couchait que lorsqu'il a besoin de dormir. Alors, à défaut d'un sommeil naturel, on ne se verrait pas obligé de lui en procurer un factice. On ne devra jamais se hasarder de recourir aux narcotiques, comme le sirop diacode, l'opium, etc., que quelques nourrices ne craignent pas d'employer ; l'usage trop fréquent de ces substances, en ne déterminant de calme que par une

sorte d'ivresse, risque trop d'agir d'une manière fâcheuse sur le cerveau, alors si délicat.

Indépendamment de la nuit, durant laquelle le jeune enfant prendra son principal sommeil, on tâchera encore de le faire dormir deux ou trois fois le jour, parce que rien ne le tranquillise et ne le développe autant, tandis que trop de veille le maigrit et l'irrite. Suivie jusqu'à un certain âge, une pareille règle devra ensuite être modifiée à proportion que les enfans deviendront plus forts et plus grands. Dans ce premier âge, l'enfant s'éveille lui-même ; plus tard, s'il est nécessaire de l'éveiller, que ce ne soit jamais d'une manière brusque. Ecoutons *Montaigne* à ce sujet : « Mon père avait été conseillé de me faire goûter la science et le devoir par une volonté non forcée et de mon propre désir, et d'élever mon âme en toute douceur et liberté, sans rigueur et contrainte ; je dis, jusqu'à telle superstition que, parce que aucuns tiennent que cela trouble la cervelle tendre des enfans, de les éveiller le matin en sursaut et de les arracher du sommeil auquel ils sont plongés beaucoup plus que nous ne sommes, tout à coup et par violence, il me faisait éveiller par le son de quelque instrument, et ne fut jamais sans homme qui m'en servit. » (Essais.)

Comme il faut éviter que les enfans s'abandonnent à la mollesse et à l'oisiveté, on les habituera peu à peu, dans un âge plus avancé, à se contenter d'un court sommeil, en même temps qu'on fera ensorte de leur donner insensiblement le goût d'un léger travail, qu'on leur apprendra à supporter avec une espèce de continuité. Huit ou neuf heures de sommeil leur suffisent. Les enfans se coucheront et se lèveront de bonne heure dans tous les temps. Cette habitude est souvent le gage d'une longue vieillesse. En les accoutumant à se lever constamment de bon matin, il est aisé d'ailleurs de les corriger du défaut de garder trop le lit.

De la vaccine.

De toutes les fièvres éruptives auxquelles l'enfance est exposée, la petite vérole est la plus grave et la plus commune. Mais n'est-on pas en droit de se demander pourquoi il faut que l'espèce humaine s'y trouve encore sujette après l'importante découverte de la vaccine? En effet, quels motifs assez puissans peuvent éloigner de cette méthode préservatrice d'une maladie qui, en faisant périr du quart au sixième de ceux qu'elle atteint, détruit l'espoir de tant de familles? Cela vient peut-être de l'habitude où l'on est de confondre les deux espèces de vaccine, dont les effets sont entièrement différens. C'est pourquoi nous exposerons les caractères de l'une et de l'autre, en faisant observer que la vaccine vraie, seulement préserve de la variole. Ses caractères sont les suivans : la piqûre faite par la lancette pour inoculer la vaccine n'offre guère de changement remarquable qu'à la fin du troisième jour, ou dans le cours du quatrième ; il y a alors une petite rougeur, et un peu d'élévation, qui augmente jusqu'au sixième jour. Le septième, l'accroissement est plus marqué, et on aperçoit un petit bouton de couleur argentée, qui a une dépression ou enfoncement au centre, circulairement rempli d'une matière limpide, et qui est entouré d'un petit cercle rouge. Le huitième jour, la base du bouton devient tendue, le cercle rouge augmente assez souvent avec gonflement ; quelquefois le pouls s'accélère et la peau s'échauffe, et le bouton contient plus de matière. Cet état augmente le neuvième et le dixième jour. Le onzième, la rougeur diminue ; le douzième, la dépression commence à noircir ; le bouton devient ensuite d'un gris jaunâtre ; il contient alors une matière qui ressemble à du pus. A dater du treizième jour, le bouton se dessèche et se transforme en une croûte dure, brune et enfin noirâtre, qui tombe du vingtième au vingt-cinquième jour. Telle est la marche de la vraie vaccine.

La fausse vaccine ne préserve pas de la petite vérole. On la recon-

naît aux caractères suivans : dès le premier jour, ou au plus tard le lendemain, rarement le troisième jour de la vaccination, la piqûre s'enflamme et le travail commence; il est accompagné de démangeaisons. Il se forme aux piqûres une légère dureté, qui s'aplatit en s'étendant, et qui est recouverte d'une rougeur pâle et vergetée. A dater du deuxième et avant le sixième, il s'est développé un bouton de forme irrégulière, qui s'élève en pointe, et paraît contenir une matière jaunâtre, laquelle, en séchant, prend l'aspect de la gomme.

La vaccination pratiquée sur une personne que l'on soupçonne avoir eu la petite vérole peut produire un vaccin dont on ne se servira pas, dans la crainte qu'elle ne donnât la fausse vaccine. On vaccine en pratiquant à chaque bras deux ou trois piqûres superficielles, au moyen d'une lancette que l'on a chargée d'une petite portion de la matière contenue dans les boutons d'un sujet vacciné depuis à peu près huit jours. On peut vacciner à tout âge ; mais c'est ordinairement dans les trois ou quatre premiers mois de la vie que cette innocente opération doit avoir lieu.

Deuxième époque de la première enfance, datant de la dentition inclusivement, et se terminant à la deuxième année.

Une des époques les plus orageuses de la vie de l'enfant est celle de la dentition. C'est ordinairement vers le septième ou huitième mois qu'elle arrive. Quelquefois elle a lieu plus tard, rarement plus tôt. Les exemples d'enfans nés avec les mâchoires armées de dents ne sont pas nombreux. On rapporte que Louis XIV vint au monde avec deux dents.

Aux approches de cette redoutable époque, l'enfant ne doit pas être toujours renfermé dans le même appartement ; on l'aura déjà habitué à l'impression d'un air modérément chaud, en l'y exposant d'abord partiellement, et bientôt en entier. Il importe alors qu'on lui fasse respirer le grand air, pourvu toutefois que l'intempérie de

la saison n'y mette pas obstacle. C'est un moyen sûr de fortifier le corps, de favoriser la transpiration insensible, et par conséquent de détourner une partie des forces vitales qui tendent à se concentrer sur les gencives.

Le travail de la sortie des premières dents est d'abord indiqué par l'état de la bouche, qui est chaude, tantôt sèche et tantôt inondée d'une bave continuelle ; on voit alors s'aplatir le bord des gencives, qui se trouvent plus ou moins dures, rouges et gonflées. Un sentiment bien pénible paraît en outre y avoir fixé son siége; car les enfans, qui par momens poussent les cris les plus aigus, ne cessent d'y porter la main, les doigts, ainsi que tous les corps qu'ils peuvent saisir, entre autres le mamelon, dont ils semblent alors plus avides. L'inflammation des gencives, la salivation, des insomnies rebelles, une grande agitation, des convulsions, accompagnent souvent la dentition, lorsqu'on a négligé les moyens de prévenir ces accidens, qui peuvent devenir funestes, et conduire rapidement au tombeau l'enfant le plus robuste. On a quelquefois à déplorer ces accidens, malgré l'emploi des moyens les plus convenables. C'est un motif pour redoubler de soins et d'attention. Le plus léger écart de régime, le souffle d'un air froid peut enlever l'enfant. On trouve un puissant secours dans le bain tiède, qui calme les nerfs agacés, assouplit la peau, relâche la fibre, et diminue l'éréthisme général. L'enfant est tenu propre, et un lait bienfaisant vient souvent, mais avec épargne, adoucir ses gencives enflammées, et apaiser sa faim. Si celles-ci continuent d'être dures, tendues et douloureuses, on donne à l'enfant de petits bâtons de réglisse et de guimauve effilés ; on frotte les endroits malades avec un peu de miel; on y applique quelques substances émollientes, comme des figues bouillies dans du lait, etc. ; on est rarement dans la nécessité de pratiquer une incision.

En général, l'éruption des dents se fait dans l'ordre suivant : Les incisives moyennes inférieures paraissent les premières, ensuite les incisives moyennes supérieures ; puis les incisives latérales inférieures et les incisives latérales supérieures ; quelquefois les incisives

latérales poussent avant les moyennes. On voit venir ensuite les premières molaires inférieures et les premières molaires supérieures, ensuite les canines d'en bas et les canines d'en haut : enfin les deuxièmes molaires inférieures et les deuxièmes molaires supérieures.

Jusqu'à cette époque, le lait de la mère a dû suffire à l'enfant; mais la présence des dents semble venir indiquer le besoin d'alimens plus consistans; c'est alors que les bonnes soupes, les crêmes de riz, les panades deviennent nécessaires. La panade se fait avec la croûte de pain bouillie, à laquelle on ajoute, à mesure qu'elle se gonfle, du bouillion fait avec quelques onces de veau ou de bœuf. On peut l'édulcorer avec du sucre.

Sevrage.

La durée de l'allaitement est variable ; elle est déterminée par la faiblesse et par la force de l'enfant. En général, ce n'est qu'après l'éruption des vingt premières dents que l'enfant peut se passer de lait, et digérer des alimens plus solides. Quoi en qu'il soit, le sevrage ne doit pas être opéré d'une manière brusque et soudaine; cette précaution est indiquée dans l'intérêt de la mère comme dans celui de l'enfant. Celui-ci quittant trop subitement une nourriture qui fut long-temps la seule dont il usa, pour en prendre une qui lui fut totalement étrangère, ne manquerait guère de souffrir d'un changement aussi marqué, et auquel on passerait ainsi sans gradation. On diminue donc progressivement la lactation jusqu'à ce que l'enfant ne tète plus qu'une fois par jour. Ensuite on ne donne plus le sein que tous les deux ou trois jours. Ainsi on n'en viendra là qu'insensiblement, et seulement après avoir peu à peu habitué l'enfant à prendre d'autres alimens qu'on lui aura donnés alternativement avec le lait, sa principale nourriture. Cette conduite présente d'autant plus d'avantage, qu'elle paraît l'affermir, le fortifier, et que si quelques circonstances inattendues venaient à exiger qu'on le sevrât de suite, il y serait au moins préparé.

Exercice.

Les rapports plus multipliés que l'enfant établit avec les objets extérieurs par suite de son développement mettent un terme à la vie en quelque sorte végétative qu'il avait menée jusqu'alors; il a moins besoin de sommeil, et est plus long-temps levé qu'à l'ordinaire. Un exercice modéré et proportionné à ses forces lui donne de la vigueur; aussi il est à propos de le laisser nu s'agiter sur son petit lit ou sur un tapis, surtout dans les saisons chaudes. Ses efforts pour se soulever et se redresser contribuent à le fortifier. La plupart des nourrices, et même des mères, portent leurs enfans dans une situation verticale et assis de côté sur l'avant-bras, avec lequel elle le pressent contre elles. Cette manière d'agir n'est pas indifférente, surtout chez les petites filles, puisque, par une pression répétée, elle tend à diminuer le diamètre transversal du bassin. Il faut donc, lorsque l'on porte les enfans, les asseoir sur l'avant-bras, de sorte que les os des hanches n'éprouvent point de compression; et le meilleur est de ne les porter que fort peu, et de les laisser habituellement par terre.

L'enfant n'apprendra à marcher que lorsqu'il sera suffisamment fort; alors seulement la nourrice, toujours prête à lui tendre une main secourable, le fera tenir sur ses jambes. Avant le dixième et le douzième mois, la faiblesse des hanches, de la colonne vertébrable et des membres inférieurs, lui ferait contracter la vicieuse habitude de marcher en dandinant. Le temps a fait à peu près justice des divers moyens dont on se servait pour apprendre à marcher aux enfans. Pour ne parler que des lacs, dont l'usage était généralement répandu, j'en montrerai les vices, en disant que, passant devant la poitrine, ils compriment le thorax, qu'ils portent en arrière, soulèvent les épaules, et font pencher la tête en avant. Il est certainement préférable d'attirer l'enfant à soi, en lui présentant la main et en lui montrant un objet agréable.

L'éducation des sens est le premier objet dont on doit s'occuper;

car sans eux point d'idée, point de jugement, point d'intellect, point d'homme, en un mot (*Capuron*). La vue, l'ouïe, le toucher, sont les sens qui transmettent le plus d'impression à l'âme, ceux-là doivent être d'abord dirigés. La nourrice s'appliquera de bonne heure à prémunir l'enfant contre l'erreur ou l'illusion des sens externes ; elle lui apprendra à se méfier d'une première impression et à ne juger des objets qu'après s'être assuré de leur nature au moyen de plusieurs sens. On l'accoutumera aussi insensiblement à supporter la présence d'objets capables de le frapper trop vivement.

Dans les adieux d'Hector et d'Andromaque, le petit Astianax, effrayé du panache qui flotte sur le casque étincelant de son père, détourne les yeux, se jette en criant sur le sein de sa nourrice, et arrache à sa mère un sourire mêlé de larmes. Que fallait-il faire ? précisément ce que fait Hector. Ce héros ôte son casque, le pose par terre, et caresse son enfant : dans un autre instant, on ferait plus, on s'approcherait du casque, on jouerait avec les plumes, et on les ferait manier à l'enfant.

L'exemple seul agit sur l'enfant ; le raisonnement alors est encore tout-à-fait nul, ses facultés se bornent presqu'entièrement à l'imitation et à la mémoire. Le premier instinct de l'enfant, c'est de reproduire ce qu'il voit autour de lui, et il s'en acquitte avec un art et une adresse qui lui sont particuliers : la première éducation morale consiste donc principalement dans la vigilance qu'on doit exercer sur tout ce qui l'environne ; il faut qu'il ne voie et n'entende rien qu'il lui soit dangereux d'imiter, ou qu'il doive oublier aussitôt. Que rien de répréhensible ne soit donc jamais fait en sa présence.

On ne peut de trop bonne heure lui inculquer de bons principes, et corriger ses mauvaises inclinations à mesure qu'elles paraissent: on l'habituera à obéir ; de toutes les passions qu'il apporte en naissant, celle de dominer se montre la première. La colère ne tarde pas à paraître ensuite ; naturelle à l'homme qui s'irrite contre tout ce qui le contrarie ou le blesse, on doit sentir qu'elle ne peut être

que très-facile à enflammer à un âge qui n'a d'autre règle que ses besoins. Cette passion peut être, à cause des cris, de l'état d'agitation et de désespoir qui souvent l'accompagnent, une source d'accidens : il faut d'abord que les parens se surveillent exactement, afin de ne rien faire qu'un enfant puisse prendre comme une contrariété; ils tâcheront ensuite de ne point multiplier ses désirs par les excès d'attention et de prévenance, qu'il ne tarde pas à convertir en autant de droits en sa faveur.

La jalousie accompagne assez souvent la colère : une inconséquence de la part des parens peut la faire naître. Aussi doivent-ils être sur leurs gardes dans les témoignages de tendresse qu'ils partagent entre leurs enfans : la jalousie est une passion surtout préjudiciable à cet âge ; elle le tyrannise impitoyablement, et le dispose à une noire mélancolie, toujours d'autant plus à craindre que le jeune enfant garde secrètement le chagrin qui le dévore : « J'ai vu, dit Saint-Augustin, un enfant encore à la mamelle être jaloux que son frère de lait prît le sein de sa mère, *vidi ego zelantem parvulum; nondùm loquebatur, et intuebatur, pallidus, amaro aspectu, collactaneum suum.* »

C'est alors que les parens doivent éviter entre leurs enfans ces préférences, qui en ce qu'elles énorgueillissent ceux qu'on favorise et irritent ceux qu'on délaisse, détruisent presque toujours l'amitié fraternelle; ils devront également éviter ces comparaisons capables d'en choquer quelques-uns. D'ailleurs dès qu'on s'aperçoit de la cause d'un mal si dangereux, il faut éloigner de l'enfant jaloux l'objet de sa haine, l'égayer et le distraire; et enfin redoubler de soin pour lui prouver qu'il est l'objet de la plus vive tendresse.

Troisième époque de la première enfance.

Elle commence à deux ans, et finit à sept.

A cette époque, chez l'enfant, tout est généralement plus caractérisé; dans cet espace, les organes sensoriaux et locomoteurs subissent un changement remarquable.

Habillement.

Durant les quatre premières années de la vie, le même vêtement convient aux enfans de l'un et l'autre sexe. C'est tout simplement une robe aisée avec une ceinture, qu'on aura garde de tenir serrée. La tête sera tenue découverte dans les appartemens, si les cheveux sont assez longs pour protéger le cuir chevelu contre l'impression trop directe de l'air. Les cheveux longs et flottans sur les épaules sont pour l'enfance la coiffure la plus commode et même la plus agréable à l'œil. Nous avons dit ailleurs pourquoi et en quel temps la tête doit être couverte d'un chapeau.

Après cet âge, le petit garçon, à moins de quelque infirmité, prend les habits propres à son sexe : désormais chez lui la petite robe sera remplacée par un pantalon, un gilet, une veste, dont la forme subira les modifications qu'on jugera convenables, en observant toujours qu'aucune fonction ne doit être gênée; le pantalon sera soutenu par des bretelles ou mieux par des boutons placés sur les côtés du gilet ; à mesure que l'âge avance, on modifie ces habillemens. Au reste, quelle que soit leur forme, ils doivent être légers, secs et larges.

Les bas monteront jusqu'au dessus des genoux ; on tâchera de les y assujettir sans employer les jarretières, dont l'usage est proscrit, à moins qu'elles ne soient élastiques.

Les premiers souliers, larges et sans talons, seront faits de drap ou de feutre : les souliers de cuir ont l'inconvénient d'être durs et de blesser le pied délicat de l'enfant; d'ailleurs ils sont susceptibles de racornissement par l'effet des urines.

La robe sera toujours le principal vêtement de la jeune fille; on se gardera de l'étouffer dans des baleines, ou de comprimer sa poitrine dans un corset, qui en change la disposition naturelle, et trouble par là l'exercice de la circulation et de la respiration. On ne peut assez redouter la fâcheuse influence d'un pareil vêtement sur une

partie si essentielle et sur des fonctions si importantes. Quelques médecins n'ont pas hésité de soutenir que les maladies les plus graves, telles que la phthisie et l'anévrysme lui devraient peut-être la naissance. Sans s'arrêter à cette question, on peut assurer du moins que, loin de produire sur les formes ces changemens heureux qu'on lui attribue, il les altère. N'empêche-t-il pas le développement du mamelon, ce qui devient ensuite un obstacle pour l'allaitement? Et en outre *les corsets*, pressant la poitrine dans son diamètre latéral, sont quelquefois la cause de son déjettement en avant, ainsi que de la déviation de l'épine du dos. Les cas sont réellement rares où ces moyens deviennent indispensables; j'avouerai pourtant que leur usage bien entendu peut être utile en affermissant la taille et en prêtant aux muscles un appui favorable; mais pour cela, il faudrait qu'ils eussent subi des modifications de manière à en faire évanouir les dangers. Une espèce de simple ceinture remplirait plus convenablement cette indication que les *corsets*, pour la plupart, composés de matières dures et inflexibles. D'ailleurs, en accoutumant les jeunes filles à se soutenir elles-mêmes et à prendre une attitude convenable sans le secours d'un moyen étranger, on agit sagement. La belle taille est celle qui nous vient de la nature. Chez la plupart des femmes qui ne connaissent pas les corsets, les formes semblent se rapprocher beaucoup de ces proportions qui constituent le beau idéal. Les jeunes villageoises, dont la parure est simple et sans art, nous laissent souvent apercevoir les formes les mieux dessinées, « Tant il est vrai que tout ce « qui gêne et contraint la nature est de mauvais goût : cela est vrai « des parures du corps comme des ornemens de l'esprit ». (Emile.)

On doit, à la vérité, éviter de multiplier les besoins des enfans en les accoutumant de bonne heure à résister aux intempéries des saisons; cependant ce serait mal imiter la nature que de vouloir que l'homme portât les mêmes habits dans toutes les saisons; les poils des animaux deviennent plus longs et plus épais en hiver et sous la zône glaciale, qu'en été et sous la zône torride. L'instinct porte un grand nombre d'oiseaux à déserter nos contrées quand elles se cou-

vrent de frimats, pour en aller habiter de plus heureuses et de plus tempérées ; je pense que dans la manière de couvrir les enfans, il faut avoir égard à la température et aux saisons.

Nourriture.

Alors le petit être prend de l'accroissement, ses forces et ses exercices se multiplient. Ses besoins augmentent ; des changemens dans la nature, la quantité et la consistance des alimens sont par là indiqués. Ce ne sont plus des bouillons, des crêmes, des bouillies que l'estomac affamé demande, mais de bonnes soupes, des mets nourrissans et de facile digestion et surtout des fruits et des légumes. Il est imprudent dans les deux ou trois premières années de la vie, de donner des alimens, qui n'ont pas été soumis à la fermentation, ou du moins qui n'ont pas subi une suffisante coction, comme certaines bouillies, ou des fruits qui n'ont pas atteint le degré de maturité nécessaire.

A la vérité, les dents qui arment alors les mâchoires, annoncent que l'enfant peut digérer la viande ; cependant, l'usage de cet aliment est loin d'être préférable aux panades et bonnes soupes, l'aliment de l'enfance le plus naturel. Dans ces premières années, la viande ne doit former qu'une faible proportion de la nourriture. On aura pour règle de donner à l'enfant peu d'alimens en somme, et surtout peu à la fois ; n'accorder que la quantité nécessaire est de rigueur. La grande activité dont jouit l'estomac a de l'influence sur la digestion, qui s'accomplit bientôt. On évitera donc de donner des alimens capables de flatter le palais, et d'exciter à manger au-delà du besoin. Un petit morceau de pain suffira s'il est sollicité par l'appétit. Il n'est pas nécessaire de donner de la viande plusieurs fois par jour ; on ne doit accorder à l'estomac que ce qui est indispensable. Voyons ces enfans qui dans nos colléges sont soumis à un ordinaire si mesquin et en apparence insuffisant, leurs forces néanmoins se développent très-bien, quoique d'ailleurs ils soient ex-

posés à une infinité de causes destructives, qui naissent plus des vices, dont ils ont le malheur de contracter l'habitude, que de la légère portion qui leur est départie à chaque repas.

L'eau est pour les enfans la boisson la plus salutaire lorsqu'elle est légère et limpide; et ce ne sera qu'avec la plus grande réserve que l'on emploiera le vin dans le cas où des indications spéciales viendraient en autoriser l'usage. Les liqueurs spiritueuses, le café seront sévèrement interdits. Dans le premier âge, les enfans n'ont pas besoin de boissons; le lait les remplace.

Les alimens pris chauds présentent plusieurs inconvéniens qu'il est aisé de prévenir; ils altèrent la sensibilité du pharynx, de l'œsophage, de l'estomac, dénaturent le sens du goût et gâtent les dents.

Exercice.

Lorsque les enfans sont en état de courir et de folâtrer seuls, on leur laisse l'entière liberté; ils s'exercent à prendre les différentes attitudes que nécessitent la pente et l'inégalité du sol. S'ils font trop de bruit, éloignez-vous; il faut respecter cet essor d'une joie bruyante: on aurait tort de mettre obstacle à une agitation qui les amuse et qui favorise leur développement. Il est mal à propos de gourmander sans cesse les enfans et d'interrompre le cours de leurs petites expériences. D'ailleurs on les contrarie, et on les rend colères et opiniâtres, défaut dont on ne peut assez chercher à les préserver. Soyez fermes à leur égard, mais non tracassiers et incommodes. A cet âge heureux, leur seule affaire est de courir, sauter, gambader, crier et se livrer à divers petits exercices qui, en fortifiant le corps, le soustrairont à une foule de maladies; de plus, ils s'habituent de bonne heure aux fatigues et se préparent moins de besoins. Il est de même nécessaire qu'ils s'accoutument insensiblement à de longues promenades, qu'ils marchent quelquefois à grands pas, en tenant la tête droite, les épaules légèrement en arrière, sans trop avancer, dirigeant un peu la pointe des pieds en dehors.

Il semble que nous ayons plus de propension à nous servir de la main droite que de la main gauche. Nous serions coupables si, par notre négligence, nous privions ces innocentes créatures de la précieuse faculté d'être ambidextres : c'est donc à nous de les obliger de se servir indistinctement de leurs deux mains.

On ne saurait assez blâmer le dangereux usage par lequel on lève les enfans par la tête : dans cette imprudente plaisanterie, on a vu la première vertèbre cervicale être luxée sur la seconde ; et l'on sait que la mort est le résultat presque inévitable d'une telle luxation. Des plaisanteries capables d'amener de si grands dangers, sont impardonnables.

Seconde dentition.

C'est vers la fin de cette époque que les premières dents tombent, et dans le même ordre qu'elles sont sorties des alvéoles; à mesure qu'elles tombent, d'autres plus grosses poussent : celles-ci persistent jusqu'à un âge plus ou moins avancé.

La diversité des occupations et la liberté, voilà ce qui plaît le plus aux enfans, et c'est la raison du plaisir qu'ils trouvent dans leurs jeux ordinaires. Ainsi on ne leur fera pas une occupation continuée de leurs leçons, bien que convaincu que l'on soit de leur peu de disposition à rester oisifs; ils n'aiment pas en effet à demeurer sans rien faire : laissez donc jouer un enfant, et mêlez l'instruction avec le jeu. Peu d'enfans ont du goût pour l'étude; elle exige une application qui leur est pénible. Aussi ce n'est pas une chose facile que de leur inspirer le désir d'apprendre et de savoir, en un mot de les persuader de l'utilité de la science; il faut que l'instruction se communique seulement par le plaisir. Apprenez-leur à lire en les amusant : on doit s'appliquer à trouver de nouveaux moyens, pour piquer leur curiosité et entretenir le désir d'apprendre. Un excellent moyen est de leur raconter des choses divertissantes que vous tirerez d'un livre en leur présence; par-là vous leur ferez connaître insensiblement les lettres. L'écriture sera pareillement pour eux un amusement; les enfans

aiment à tracer des figures sur le papier. N'exigez rien de cet âge avec rigueur; qu'ils jouissent en paix de leurs premiers ans, qui s'écouleront trop vite; mais, parvenus à la septième ou huitième année, ils ne regarderont plus l'étude comme un simple amusement : il faut alors y attacher plus d'importance; leurs idées ont plus de consistance et leur corps plus de force; enfin ils peuvent mieux sentir le besoin de s'occuper utilement.

Les parens, dans un empressement dangereux de jouir des progrès de leurs enfans, adoptent souvent, à l'égard de leurs filles, un régime d'éducation qui est quelquefois la cause des plus grands désordres dans l'économie. Au lieu de laisser la nature disposer sans obstacle de toutes les forces, dont elle a besoin pour l'accroissement physique, à peine commence-t-on à apercevoir les premiers germes de leurs facultés, qu'on se hâte, par tous les moyens possibles, d'en solliciter le développement prématuré : on épuise leurs forces naissantes par des veilles répétées, dont les plaisirs bruyans, les triomphes secrets de la vanité, et même les tourmens de la jalousie, leur dissimulent la fatigue, en en rendant les effets plus graves. L'expérience constante démontre qu'à cette époque de la vie, l'étude des arts d'imitation, suivie sans précaution, entraîne les plus grands dangers, auxquels cependant les parens ne craignent pas d'exposer leurs filles, dans l'espérance de les voir se distinguer par des talens précoces.

La musique surtout cultivée de trop bonne heure et d'une manière exclusive développe une susceptibilité extrême et souvent désordonnée, et devient la cause d'une série d'affections nerveuses contre lesquelles vient échouer toute la science du médecin. Son action ébranle en quelque sorte tout le système nerveux. Les mêmes moyens qui excitent fortement l'imagination, exercent une influence spéciale sur les organes utérins; leur sensibilité augmentée hâte leur accroissement, et détermine la révolution dont ils doivent être le siége, avant que les autres organes, encore mal affermis, et même contrariés dans leur développement, puissent seconder l'effort général

qu'elle exige, ou même résister à la secousse qu'elle imprime à toute l'économie.

Le savant *Hallé* répétait souvent que sur vingt femmes bonnes musiciennes, et qui avaient acquis ce talent dans un âge tendre, ce qui est presque généralement nécessaire pour arriver à une véritable perfection, il y en avait dix-neuf qui étaient sujettes à des affections nerveuses. Voilà un déplorable exemple des dangers qu'entraîne l'abus de la musique : le célèbre Grétry avait trois filles dont la beauté et les talens faisaient la gloire et le bonheur de leur père. Dès leur enfance, elles avaient annoncé un goût décidé pour la mu ique, et Grétry, depuis long-temps accoutumé à sacrifier sa propre santé à l'enthousiasme de son art, s'était empressé de cultiver ces dispositions; toutes trois sont mortes à la fleur de leur âge, après avoir obtenu des succès précoces, et à la suite de maladies de langueur qui se déclarèrent vers l'époque de la puberté.

Deuxième enfance.

Elle commence à sept ans, et finit à douze.

Dans son cours, tout le corps continue de se développer, et l'enfant établit des rapports plus nombreux avec tout ce qui l'entoure.

Les habits qu'il portera à cette époque sont à peu près les mêmes qu'à la fin de la précédente. La mode du pays sera celle à laquelle on se conformera, si elle est simple et aisée; dans le cas contraire, il est de rigueur de l'abandonner.

Alimens.

Le médecin saura simplifier ou combiner les différentes substances alimentaires selon l'âge, le goût, le climat, le tempérament, et l'état du sujet. D'après ces considérations, envisagées sous le rapport de l'hygiène, nous pensons qu'en général dans l'époque dont il s'agit, l'enfant peut très-bien se nourrir avec du pain rassis, de bons po-

tages à la viande, au lait, au riz, aux légumes. Les viandes bouillies et rôties sont préférables aux ragoûts et aux alimens relevés par des épiceries, qui seront interdites. L'eau pure, ou l'eau faiblement rougie, est pour lui la boisson la plus saine; les liqueurs fortes, le vin pur, le café, le thé, lui sont nuisibles.

C'est sans raison que l'on a prétendu faire de la viande l'unique nourriture de l'enfant, parce que, sous un moindre volume, la chair des animaux a sur les végétaux l'avantage de contenir une plus grande quantité de matières nutritives : son usage exclusif a de grands inconvéniens. Enfin, quelle que soit la nature des alimens que les enfans prennent, ils les mâcheront bien, afin que le bol alimentaire s'imprégne mieux de salive, et que le suc gastrique ait ensuite plus de prise sur les molécules qu'il doit dissoudre.

Les enfans, ainsi que les adultes, se rappelleront sans cesse ce précepte du père de la médecine : *Ubi cibus præter naturam copiosior ingestus fuerit, id morbum facit;* ainsi ils se garderont toujours de manger jusqu'à satiété. C'est encore dans les premières années de la vie que l'on n'omettrait pas sans danger d'être attentif à corriger les caprices de l'enfant à l'égard des alimens qu'on lui présente; c'est lui rendre un service, dont plus tard il vous saura gré, que de lui apprendre de bonne heure à ne mettre aucune différence entre eux.

C'est à cette époque que l'on pourra combattre avec avantage les mauvaises dispositions de l'enfant. Ovide n'ignorait pas tout ce qu'il en coûte pour les dompter une fois qu'en grandissant avec l'individu elles se sont converties en penchans vicieux, lorsqu'il disait :

Principiis obsta; serò medicina paratur,
Cùm mala per longas invaluére moras.

On a résolu depuis long-temps par la négative la question de savoir si les corrections corporelles devaient être mises en usage. Dans les punitions infligées aux enfans, les parens ont pour but d'imprimer à l'âme du coupable une impression forte et durable, à la faveur

de laquelle celui-ci, en se rappelant ses fautes, parvienne à éviter d'y retomber.

Les châtimens corporels, au contraire, quels qu'ils soient, ont pour but de provoquer une douleur plus ou moins considérable, mais toujours passagère, à moins que pour corriger les enfans, on ait l'inhumanité de les estropier. Or, la plupart d'entre eux oublient bien promptement la douleur physique, au lieu que les peines qui attaquent l'honneur, ce sentiment si pur et si vif dans l'enfance, produisent toujours les effets désirés, quand elles sont surtout employées avec une sage réserve et une juste sévérité. On ne connaît plus heureusement ce honteux châtiment proscrit par la décence et par l'honneur moins encore que par ses trop pernicieux effets.

La force ne doit pas être employée pour arrêter les pleurs; non pourtant qu'on les regarde comme un exercice utile pour les enfans, qui ne doivent pas être traités avec cet excès d'indulgence qui les rend difficiles, prompts, impatiens de la moindre contradiction, insupportables aux autres, ni avec cet excès de sévérité qui les rend craintifs, serviles et malheureux. On s'opposera à leurs goûts, sans leur rappeler leur dépendance, et on les punira de leurs fautes, sans ajouter l'insulte à la correction. Les corrections sont toujours hors de saison, quand il arrive à l'enfant quelque accident dont la cause ne doit être attribuée qu'à son imprudence et à sa légèreté. Il sera toujours moins sensible aux réprimandes, qu'au chagrin et à la honte d'avoir été victime de son étourderie; d'ailleurs vous vous ôtez les moyens d'être instruit des accidens qui surviennent, et d'y remédier. Les parens éviteraient beaucoup de maux physiques et moraux à leurs enfans, s'ils les élevaient de manière à ne pas craindre de s'ouvrir à eux.

Les enfans, comme on sait, ont en général de l'aversion pour l'étude; peu, avons-nous déjà dit, s'y livrent avec goût dès le principe. C'est pourquoi les maîtres ne sauraient apporter trop de soin à consulter les dispositions de chacun de leurs élèves, afin de leur éviter le dégoût et une crainte pernicieuse, qui sont le résultat d'une aus-

térité mal entendue. Dans leur sage prévoyance, comme dans leur tendre sollicitude, Plutarque, Montagne, Fénélon, Rollin, recommandent de ne pas surcharger de travail les enfans, et d'entremêler avec discernement les études et les récréations, pour ne pas altérer leur santé, et les fatiguer. Le maître ne doit se montrer à l'élève que par intervalles et avec un visage riant; une exactitude indiscrète fatigue l'enfant et lui est funeste; si rien ne le chagrine, il passe gaîment du travail aux récréations, et du jeu à l'étude, sans trouble et sans contrainte; mais que cette douceur, commandée par la sagesse, ne dégénère pas en faiblesse, l'enfant en abuserait bientôt. « Ses « premiers pleurs sont des prières; ensuite ils deviennent des « ordres; il commence par se faire assister, il finit par se faire obéir. » (Émile.)

De la voix.

L'homme est destiné à communiquer à ses semblables les pensées qui occupent son esprit et les sentimens qui agitent son cœur : la voix est le moyen dont la nature l'a gratifié pour remplir ce but. C'est par la parole qu'il fait passer dans l'âme de celui qui l'écoute, les pensées qu'il a conçues et les passions qu'il éprouve. L'organe principal de la voix est le larynx, dont l'organisation est fort compliquée : sa grandeur varie selon l'âge, le sexe; et sa forme n'est pas sans quelque analogie avec celle d'un cône creux et tronqué, dont la base est tournée en haut et le sommet en bas. L'air en traversant ce corps produit la voix, qui reçoit cependant quelques modifications de plusieurs autres organes : le poumon qui pousse l'air, la trachée-artère qui le dirige, la bouche et les fosses nasales qui le modifient, concourent puissamment à sa formation.

On ne peut s'attacher trop tôt à rendre la voix des enfans nette et pure, tandis que les organes sont encore tendres et flexibles; l'enfant évitera de contracter des habitudes vicieuses, dont plus tard il aurait de la difficulté à se défaire. S'il a la voix faible, il l'exercera avec prudence; elle devient d'autant plus forte et plus sonore qu'elle

est plus exercée. Les gens obligés de se faire entendre à de grandes distances l'ont forte et retentissante : qui n'a pas observé que les habitans des montagnes et des bords des rivières et de la mer ont la voix plus sonore que les silencieux citadins, par la raison qu'il leur faut parler à d'immenses distances et vaincre le bruit des flots ?

Gymnastique.

Les anciens et les modernes sont d'accord sur les avantages de la gymnastique. Mais autant les uns apportaient de soins à encourager ces exercices, autant les autres par une singulière négligence semblent peu s'en soucier, pour ne rien dire de plus : néanmoins personne ne conteste son influence sur le corps, dont elle favorise le développement, en même temps qu'elle lui donne de la grâce et des formes; de plus, elle contribue à la santé, endurcit contre les fatigues et les intempéries des saisons ; elle éteint certaines passions, réveille et entretient l'amour de la gloire et de la patrie.

Les anciens, pénétrés de l'importance de la gymnastique, offraient un exemple de sagesse et de politique, en saisissant toutes les occasions de la faire goûter aux peuples ; ils n'oubliaient pas que le citoyen habitué à mesurer ses forces en avait la conscience, et acquérait par là une énergie telle, qu'il se croyait capable de résister aux attaques des ennemis, et de conserver vierge le sol qui le vit naître. C'était en présence de la Grèce assemblée que ceux qui s'étaient distingués dans les exercices du corps, étaient couronnés au milieu des acclamations. Dans tous les lieux publics, les images des vainqueurs aux jeux olympiques étaient présentées à l'admiration générale, et les peintres, les statuaires et les poëtes consacraient leurs talens à transmettre à la postérité leurs traits et leurs éloges. Rien n'était plus capable d'enflammer le cœur d'un peuple sensible à la gloire.

C'est avec peine que nous voyons de nos jours les exercices gymnastiques tombés en désuétude, et les établissemens de ce genre peu

encouragés, malgré les nombreux avantages que la jeunesse y trouverait pour la conservation de sa santé et le développement de son corps.

Ces exercices ne conviennent pas seulement aux garçons, mais encore aux jeunes filles, pour lesquelles on choisit les moins fatigans. Ils servent à l'entretien de la santé et au développement régulier et progressif de toutes nos facultés physiques; ils corrigent certains vices de conformation, qui sont la cause prédisposante des affections les plus redoutables ; ils rétablissent l'équilibre entre certaines parties du corps, en rendant à certains systèmes d'organes le développement dont ils avaient été privés par la prédominance congénitale et accidentelle de quelques-uns d'entre eux, qui détournaient à leur profit les principes réparateurs, et s'opposaient à leur répartition. Enfin ils peuvent être employés avec succès dans le traitement d'un grand nombre d'affections.

La marche, le saut, la course sont les exercices les plus ordinaires des enfans ; leurs résultats, bien que différens, sont toujours avantageux.

La danse, prise dans les circonstances convenables, exige une multitude de gestes et de mouvemens, qui concourent avec efficacité au développement des formes et de la santé.

Natation.

La natation est sans aucune comparaison l'exercice le plus utile et le plus agréable auquel on puisse se livrer. Tout est profit dans ce salutaire exercice; il imprime des modifications profondes à l'économie animale, et exige des actes locomoteurs différens selon les divers modes de natation. D'autres avantages non moins grands viennent se joindre à ceux-là : ce sont ceux qui résultent du bain froid. Tout exercice occasionne des pertes abondantes, surtout par la perspiration cutanée; ici cette perte n'a pas lieu ; la température du fluide, la pression qu'il exerce par sa densité, s'y opposent, aussi

son effet tonique se fait promptement sentir. Le nageur, en sortant de l'eau, est agile, fort, dispos. L'habitude de cet exercice développe les muscles locomoteurs, et active toutes les fonctions organiques.

Une façon de nager pleine de grâce et de noblesse par laquelle l'homme semble dominer les flots est celle où les bras sortent tour à tour hors de l'eau, dont ils frappent la surface à coups redoublés ; les muscles pectoraux, le grand dorsal et le deltoïde sont principalement en action dans cette manière de nager ; la poitrine se développe à la suite de ces efforts réitérés, et les organes qu'elle renferme acquièrent plus de volume et plus de forces. Comme il faut une réunion d'efforts bien autrement considérables pour nager ainsi que pour le mode ordinaire, il est certainement celui de tous qui doit renforcer le plus efficacement la constitution. Les nageurs, en pratiquant successivement la plupart des manières de nager, varient à l'infini leurs positions et leurs mouvemens ; de là il résulte que tout le système locomoteur se trouve exercé.

Bains.

Le bain frais pris en été a l'avantage de militer contre l'influence débilitante de cette saison, où d'ailleurs la peau devient le siége de sueurs considérables, de démangeaisons et d'éruptions incommodes ; de plus, ce bain est très-propre à enlever cette surexcitation cutanée, et il fortifie la constitution en redoublant l'énergie des organes, en consolidant les tissus, en augmentant l'activité du système digestif et par conséquent en facilitant les moyens de réparation. Enfin ce bain produit encore un effet tonique assez sensible : le nageur se sent plus fort, plus dispos ; la contractilité musculaire s'accroît, l'appétit est plus vif, la digestion plus facile. Ce bain était fort en usage dans l'antiquité : les Spartiates se baignaient dans l'Eurotas, et les Romains traversaient le Tibre à la nage. On connaît la réponse d'un Lacédémonien à un roi de Syracuse, qui trouvait la sauce noire peu appé-

tissante. « Il y manque, dit-il, un assaisonnement : l'appétit que donnent l'exercice et les bains dans l'Eurotas ». Rien n'est plus salutaire que l'habitude de ce bain : il fortifie les constitutions faibles, délicates et molles, détruit une foule de prédispositions, et peut même guérir certaines affections chroniques.

On a remarqué qu'il était dangereux de se baigner après les orages; en se baignant alors, on s'expose à contracter des fièvres intermittentes et autres maladies : on trouve l'explication de ce danger dans la décomposition des substances végétales et animales dont les débris ont été entraînés par les eaux, et ont communiqué aux rivières où ils parviennent les qualités malfaisantes des marais.

Bains chauds.

Dans la saison rigoureuse de l'hiver, l'action du froid tend à diminuer les fonctions de la peau et se fait sentir d'une manière désagréable à sa surface. Alors seulement l'usage des bains chauds, aidé par des frictions devient hygiénique, et par suite on acquiert une puissance de résister au froid.

Chasse.

Il est incontestable que la chasse ne soit un exercice infiniment utile non-seulement pour l'individu qui s'y livre, mais encore pour la patrie, à laquelle il prépare d'habiles et robustes défenseurs. Il fortifie le corps, et perfectionne tous les sens du chasseur, qui devient insdustrieux et rusé, soit que son œil accompagne l'oiseau qui traverse les airs, soit que son oreille perçoive le moindre bruit, soit enfin qu'il imagine mille embuches pour prendre ou poursuivre un cerf léger, ou fuir un sanglier furieux. Et celui-là saura résister aux attaques de ses ennemis, qui s'accoutume à braver les feux d'un soleil ardent et les glaces d'un hiver rigoureux, qui devient agile et intrépide en franchissant des obstacles nombreux, et qui, suspendu

sur des rocs escarpés, mesure sans effroi le précipice entr'ouvert sous ses pas.

Cet exercice violent fait naître le besoin de réparer les pertes qu'il occasionne ; l'appétit du chasseur est vif, sa digestion active et complète. L'absorption, la circulation, la respiration suivent ordinairement cette augmentation d'énergie. On sait que le chasseur est presque réduit aux seules passions de l'homme isolé ; aussi l'exercice de la chasse est-il très-propre à prévenir et à arrêter les effets de certaines passions qui entraînent dans une foule de maux ceux qu'elles tyrannisent.

Escrime.

A l'avantage d'être un moyen utile de défense, dont l'abus n'est jamais excusable, l'escrime joint celui de donner au corps des attitudes nobles, gracieuses, de la fermeté, et surtout de développer les muscles de la poitrine et par-là le thorax et les organes qu'il renferme. Comme il est essentiel de conserver l'égalité de forces des deux membres supérieurs, on se servira dans cet exercice successivement des deux bras, afin de prévenir la prédominance de l'un sur l'autre.

Les autres exercices actifs sont la corde, le palet, les boules, les quilles, la paume, le balon, la bale, le volant et le cerceau, etc., dont l'expérience a pareillement constaté les merveilleux effets.

Il serait à désirer que les jeunes filles fussent moins assujetties aux jeux sédentaires qui leur sont ordinairement réservés. Une santé florissante remplacerait chez elles la pâleur, les migraines et les spasmes, si on les laissait courir en plein air, et si on leur permettait des jeux propres à développer leurs forces physiques, tels que le volant, la corde, le billard et quelques autres du même genre. Les robustes paysanes, accoutumées aux fatigues et au travail, s'aperçoivent à peine de l'époque de la puberté, presque toujours orageuse chez les femmes de la ville. L'exercice est une des parties les plus importantes du régime des jeunes personnes, et souvent une

des plus négligées. Egalement propre à réprimer l'exubérance lymphatique et à tempérer l'excès de la susceptibilité nerveuse, en fortifiant le système musculaire, il convient à toutes celles pour qui l'on peut craindre une première menstruation difficile ; il devient d'autant plus indispensable que, portées à la nonchalance et à l'inertie, elles répugnent davantage à toute espèce de mouvement. Il faut sans doute que cet exercice soit modéré et toujours proportionné à l'âge et aux dispositions de chaque individu ; car il ne serait pas moins dangereux de dépenser en efforts superflus des forces dont la nature a besoin pour un autre usage.

Propreté.

La propreté, qui est une véritable vertu domestique, est aussi une des plus indispensables conditions pour le développement du corps et l'entretien de la santé ; sans propreté, l'harmonie des fonctions souffre, et les maladies de tous genres assiégent l'espèce humaine. Elle est un moyen hygiénique puissant, et chez les citoyens des villes, elle remplace jusqu'à un certain point l'usage de l'exercice dans un air pur et à la lumière : elle leur devient plus nécessaire qu'aux habitans de la campagne ; on la maintient à l'aide des lotions, des bains, des frictions, et du fréquent renouvellement du linge.

On prévient chez les enfans les éruptions variées qui semblent avoir une prédilection pour le cuir chevelu en tenant habituellement la tête découverte et dans un état de propreté. Quand les cheveux sont courts, rien n'est si facile que de tenir la tête propre, au moyen d'un peigne et d'une brosse de crin. Les peigner, et les tresser lorsqu'ils sont longs, voilà tout l'apprêt qui leur convient. Quelques personnes conseillent de les laver ; mais cette pratique ne serait pas sans inconvéniens, si on omettait de les essuyer aussitôt jusqu'à ce qu'ils ne soient plus du tout humides. A la vérité, on peut impunément les oindre d'une huile odorante ; mais l'usage de ces parfums est plutôt indiqué par l'agrément que par la nécessité.

L'entretien de la santé est le plus sûr moyen de conserver la beauté ; néanmoins presque tous les peuples ont recouru à certaines préparations, qui produisent presque toujours un effet contraire à celui qu'on espère. Ils ont cherché à prévenir et à réparer les outrages du temps ou de la nature par une multitude de compositions que l'on devait regarder comme très-avantageuses quand elles n'étaient qu'inertes. Je sortirais de mon sujet si je m'étendais ici sur les nombreux cosmétiques que la coquetterie a enfantés ; je rappellerai seulement que les plus puissans de tous sont la propreté sans recherche, l'élégance, les grâces naturelles du corps et de l'esprit, l'enjouement et la pudeur,

De fréquentes lotions d'eau tiède ou froide, simple ou dans laquelle on aura mêlé quelques gouttes d'huile essentielle, la pâte d'amande, le savon et quelques onctions huileuses, tels sont les cosmétiques dont on puisse impunément faire usage.

Dents.

Les dents exigent des soins particuliers ; mais on ne peut assez se tenir en garde contre les diverses préparations dentifrices inventées et prônées par le charlatanisme ; il faut se méfier de la plupart des opiats, dont l'action est d'user, altérer et détruire l'émail des dents. Les élixirs composés d'alcohol et de quelque huile essentielle ne conviennent que dans le scorbut. Laver les dents fréquemment avec de l'eau simple et tiède dans l'hiver et fraîche dans l'été, surtout le matin et après chaque repas, et les frotter légèrement avec une brosse modérément dure, tels sont les seuls moyens que l'on devrait mettre en usage. Ils préviennent la formation des concrétions auxquelles on donne le nom de *tartre* quand elles sont devenues dures, et celui de limon ou d'enduit lorsqu'elles sont encore molles. On se sert du cure-dent et des brosses molles, en les dirigeant du collet de la dent vers la couronne.

Ongles.

Il n'est pas indifférent de tailler les ongles de telle ou telle manière; combien de personnes ne se sont-elles pas occasionné des douleurs cruelles pour la méthode vicieuse qu'elles employaient à se couper les ongles? Que ceux des mains soient coupés longs ou courts, peu importe, puisqu'il n'y a que la forme qui en souffre; mais pour ceux des pieds, il n'en est pas de même. Si les ongles des gros orteils sont coupés courts et en demi-cercle, voici ce qui arrive : l'ongle croît en longueur et en largeur; le pied étant pressé dans la chaussure, les doigts sont comprimés latéralement; alors les chairs du gros orteil n'étant plus maintenues par la résistance de l'ongle, remontent sur les côtés de celui-ci, qui, croissant en largeur, pénètre peu à peu dans les chairs ainsi élevées; de là, douleur intolérable, qui empêche tous les exercices, détermine des inflammations dangereuses, et exige quelquefois une opération cruelle; il faut donc couper les oncles carrément, de manière à ce que les deux côtés de l'ongle appuient sur les chairs latérales, les empêchent de remonter, et ne puissent enfin eux-mêmes pénétrer dans les chairs, en croissant latéralement. Quant à ceux des doigts, nous avons dit qu'on les coupait courts et en demi-cercle sans inconvénient; c'est même la forme la plus convenable qu'on puisse leur donner.

Nous avons cru devoir placer ici les détails dans lesquels nous venons d'entrer, vu que la connaissance de la plupart n'est pas moins utile aux individus de la fin de la seconde enfance qu'aux pubères.

Puberté.

« Ulysse, ô sage Ulysse! prends garde à toi; les outres, que tu « fermais avec tant de soin, sont ouvertes; les vents sont déchaînés; « ne quittes plus un moment le gouvernail, ou tout est perdu. »

L'époque de la puberté, qui est encore plus l'âge des illusions

que celui de la grâce et de la beauté, commence vers la douzième année pour finir vers la seizième. La distinction plus prononcée qui s'établit entre les sexes, l'influence marquée que le physique exerce sur le moral, les nouveaux besoins qui se font sentir, l'activité qui se communique à nos facultés intellectuelles, et donne à nos affections un caractère nouveau, sont autant de phénomènes propres à cette époque où l'enfant s'élève presque tout-à-coup à la hauteur à laquelle il doit parvenir, après avoir pris un accroissement d'autant plus prompt qu'il avance davantage vers la puberté. L'éducation physique et l'éducation morale veulent qu'on cherche, autant que possible, à retarder la manifestation des penchans qui accompagnent l'instant décisif où l'homme, s'ouvrant une nouvelle carrière, sent doubler sa vie par l'attrait puissant de la partager et de la transmettre. A l'aide de ces soins, on rend les égaremens plus rares et moins dangereux; les excès, en effet, auxquels donnent lieu ces penchans sont le plus souvent occasionnés par une puberté rendue précoce, faute de sages précautions.

Cette époque, qu'annonce une grande révolution dans toute l'économie, est variable suivant le sexe, le climat, le genre de vie, et même l'éducation. Dans nos climats, c'est vers douze ou quatorze ans chez les filles, et quatorze ou seize ans chez les garçons, que se développent particulièrement les organes propres à la génération. Sous la zône torride, les filles sont pubères à neuf ou dix ans; dans les régions rapprochées des cercles polaires, la puberté s'établit trois ou quatre ans plus tard. Enfin précoce chez l'habitant efféminé des villes, elle est tardive chez le simple habitant des champs. La dilatation spontanée de la glotte, d'où résulte une voix plus sonore et plus grave, le prompt développement des parties génitales, la sécrétion de la liqueur prolifique, la présence d'un léger duvet, qui vient ombrager le menton, la poitrine, etc., voilà les principaux attributs de cet âge accordés au jeune homme. Bientôt un changement dans ses goûts jusqu'alors confondus avec ceux de la jeune fille, vient lui dénoter son sexe : Achille, caché à la cour de Lycomède, choisit

parmi les présens qu'Ulysse apporte aux jeunes filles de ce prince, l'épée, le casque et le bouclier, et neutralise ainsi les projets de sa mère.

Arrivé à cette époque de la vie si périlleuse pour ceux qu'une sage éducation n'y a pas préparés, le pubère dédaigne les amusemens qui faisaient d'abord son bonheur; la gaîté et l'enjouement ont fait place à la mélancolie : triste et rêveur, il pousse de temps à autre de longs soupirs; ses muscles perdent ces formes douces qui lui étaient communes avec l'autre sexe; son humeur devient brusque et altière; son cœur s'ouvre à tous les sentimens généreux; l'énergie de son physique l'entraîne, et rien ne lui résiste. Faut-il s'étonner de sa noble audace ou de ses succès quand sa bouillante ardeur l'entraîne dans les phalanges de Mars, ou que son cœur le pousse vers des combats plus doux, mais non moins dangereux. L'adolescent robuste, celui qui n'est pas corrompu et dont rien n'a altéré le germe de la vie, passe au reste le temps de la puberté sans en éprouver les inconvéniens et en rencontrer les écueils. Il aura l'intrépidité d'Achille, et combattra en héros; mais généreux et sensible, il relevera bientôt le vieux Priam, tremblant à ses genoux.

Chez la jeune fille, l'époque de la puberté est signalée par l'établissement de la menstruation et le développement des mamelles. Quand elle est bien constituée, elle reconnaît avec surprise qu'elle est entrée en possession d'une nouvelle faculté. C'est à cette époque qu'elle exige une attention particulière de la part de sa mère : la plus légère imprudence, retardant l'éruption des règles, peut devenir l'origine de maladies graves; souvent elle décide de la santé pour toute la vie. Les mamelles s'élèvent au-devant du thorax, en prenant les formes arrondies et gracieuses dont la Vénus de Médicis nous offre l'inimitable modèle; les parties sexuelles se développent, et selon la remarque de M. le professeur *Dupuytren*, les os du bassin subissent des changemens très-sensibles, et alors s'établit l'évacuation menstruelle qui ne cesse qu'avec la fécondité entre quarante et cinquante ans. Mais d'autres phénomènes encore marquent l'âge de la

puberté. De nouvelles facultés affectives se manifestent, l'imagination et la sensibilité prennent quelquefois un essor aussi étendu que subit, surtout chez les jeunes personnes douées d'une grande susceptibilité nerveuse; un instinct secret les porte à la rêverie, leur fait chercher la solitude, et donne un nouveau charme aux lectures et aux exercices qui s'allient avec leur disposition dominante. Alors la tâche devient difficile pour les mères, il leur faut la plus grande prudence; leur zèle ne doit pas être moins entendu qu'assidu. Si elles abandonnent imprudemment leurs filles au sentiment qui les domine, si elles ne le combattent pas avec autant de ménagement que de persévérance, il en peut résulter les effets les plus funestes : l'esprit, facilement séduit par le vague des pensées auquel il se livre comme à une pente douce et insensible, se plaît de plus en plus à s'y laisser entraîner ; il se dégoûte de toutes les occupations sérieuses et méthodiques. Egaré par la mauvaise direction que prennent les facultés nouvelles qui le maîtrisent, il se livre à un désordre, à un libertinage d'idées toujours contraires aux progrès de la raison, et souvent non moins dangereux pour la santé et les mœurs. C'est pourquoi, en aucune autre époque de la vie, l'on ne voit mieux ressortir les avantages d'une sage et solide éducation. La jeune fille, habituée dès son enfance à vivre dans la modestie et la retenue, n'a que des goûts et des inclinations conformes à l'une à l'autre. Etrangère aux plaisirs bruyans du monde, elle conserve cette aimable timidité qui devrait être le partage de toutes les personnes du sexe. La lecture des romans n'a pas exalté son imagination, et elle s'est formée par celle des ouvrages utiles. Arrivée à cet âge si redoutable pour beaucoup d'autres, elle le passe heureusement, et acquiert en quelque sorte à son insu de nouveaux attributs. Cette autre époque de la vie, non moins périlleuse que la première, ne sera point accompagnée ou suivie des maux qui accablent la femme frivole et mondaine. Elle n'aura pas, à la vérité, obtenu les suffrages trompeurs d'un monde volage ; elle ignorait qu'ils pussent être de quelque prix. Des triomphes moins éclatans, mais plus durables, l'atten-

dent dans sa famille, dont ses vertus douces et paisibles auront fait le bonheur. Une vieillesse calme et exempte d'infirmités terminera une vie innocente et passée dans la pratique de toutes les vertus.

On voit alors disparaître chez les deux sexes les scrophules, le rachitisme, les teignes, les maladies convulsives propres à l'enfance, etc., etc.; mais aussi vers la fin de cette période, il faut par des soins appropriés prévenir les maladies qui viendraient remplacer les premières; les poumons alors sont menacés, ils deviennent le siége d'inflammations, d'hémorrhagies et d'autres maladies qui signalent trop souvent l'adolescence.

Tempéramens.

Jusqu'à cette époque de la vie, il y a chez les enfans à peu près conformité de tempéramens: ce n'est qu'alors qu'on voit s'établir entre eux une différence assez marquée. Il convient donc ici de donner une courte esquisse de chacun d'eux; en effet, la diversité des tempéramens doit indiquer la diversité de soins à donner à cet âge. Il est rare de rencontrer chez les hommes une constitution caractérisée par la supériorité d'un seul appareil. Néanmoins nous exposerons quelques-uns des principaux caractères propres à chaque tempérament. M. le professeur *Richerand* donne le nom de *tempérament* à certaines différences physiques et morales que présentent les hommes, et qui dépendent de la diversité des proportions et des rapports entre les parties de leur organisation, ainsi que des degrés divers dans l'énergie relative de certains organes.

M. *Hallé* en donnait la définition suivante: « Les tempéramens sont des différences entre les hommes, constantes, compatibles avec la conservation de la vie et le maintien de la santé, caractérisées par une diversité de proportions entre les parties constituantes de l'organisation, assez importantes pour avoir une influence sur les forces et les facultés de l'économie entière ».

Tempérament sanguin.

Un jeune homme est présumé d'un tempérament sanguin quand chez lui le cœur et les vaisseaux qui distribuent le sang dans toute l'économie jouissent d'une activité prédominante; dans ce cas : pouls vif, fréquent, régulier; teint vermeil, physionomie animée, taille avantageuse, formes douces, quoique bien exprimées; embonpoint médiocre, cheveux blonds, chatains, conception prompte, mémoire heureuse, imagination vive et riante, etc.

Cette constitution est sans contredit la plus désirable, et c'est à la produire que nous devrions employer tous nos soins, s'il était en notre pouvoir de nous en créer une. Cependant elle peut donner lieu à de graves accidens, lorsqu'elle est trop prononcée : la pléthore habituelle dispose aux inflammations de toute espèce et aux hémorrhagies actives, etc. L'hématose, dont la rapidité est un des caractères de la constitution sanguine, expose le jeune homme qui en est doué, aux nombreuses maladies qu'elle engendre.

Aussitôt qu'une chaleur prononcée et la couleur rosée de la peau, les étourdissemens, les tintemens d'oreille, les vertiges, les étouffemens, les lassitudes générales et le développement du pouls, décèlent l'existence de la pléthore, le jeune homme doit profiter de l'apparition de ces légers accidens, pour modérer et même suspendre son régime. Alors les légumes non farineux et les fruits acides feront la base de ses alimens ordinaires; l'abstinence de la viande arrête les effets de la pléthore, comme son usage modéré en prévient le développement. Tout ce qui pourrait exalter le mouvement circulatoire sera évité avec soin. Les pays humides et peu riches en lumière et en électricité sont très-favorables au jeune homme d'un tempérament sanguin qui se trouve pareillement très-bien de l'usage réitéré des bains tièdes. On sera avare d'évacuations sanguines, vu que le sang se réparant avec une facilité extrême, les mêmes accidens se renouvellent bientôt et exigent l'emploi du même moyen,

dont l'abus est loin d'être parfaitement innocent. L'exercice en plein air est utile, et l'excès du mouvement et le repos sont essentiellement contraires.

Tempérament bilieux.

Le jeune homme chez lequel existe la prédominance des organes qui constituent le tempérament bilieux, a un air hardi, le regard vif et fixe, des muscles bien exprimés ; la taille est ordinairement petite, l'embonpoint médiocre, la peau brune ou jaunâtre, chaude, sèche, souvent hérissée de poils ; les cheveux bruns ou noirs, le pouls fréquent et dur ; la digestion s'opère avec facilité, et l'abstinence peut être supportée ; le sommeil court et léger, facultés intellectuelles précoces, passions violentes, caractère inflexible ; ambition, passion dominante, etc.

L'excès d'énergie de ce tempérament sera modéré par l'usage habituel d'alimens tirés du règne végétal ; cependant les substances animales gélatineuses et les viandes blanches ne sont pas interdites. Le jeune homme bilieux fuira les assaisonnemens excitans, les vins généreux, les boissons alcoholiques, le café, etc. La propreté dans les vêtemens, les lotions, les ablutions sont d'une indispensable nécessité à cause de l'abondance ordinaire de l'exhalation cutanée et de l'odeur pénétrante qu'elle répand. Le bain tiède à vingt-cinq degrés est utile ; les évacuations de toute espèce, mais surtout les excrétions alvines doivent être entretenues avec la plus grande attention.

Tempérament lymphatique.

La taille du jeune homme d'un tempérament lymphatique est grande et élevée pour son âge. Chez lui les liquides l'emportent sur les solides. Cette surabondance des humeurs détermine la réplétion du tissu cellulaire, et donne à toute l'habitude de son corps un volume considérable. La peau est molle et délicate, la figure agréable,

les yeux bleus, les passions peu vives, la conception et le jugement lents, mais sûrs. Le jeune lymphatique n'habitera pas les lieux bas et humides, favorables à sa mauvaise disposition; il recherchera les lieux chauds et secs. L'usage du vin blanc et du café lui est souvent utile, et même il ne peut ressentir que d'heureux effets de l'emploi des stimulans, des diurétiques et des échauffans, pris avec modération. Il s'interdira les légumes et les fruits aqueux : ils contribuent à augmenter la lymphe, déjà trop abondante. La saignée a été souvent pernicieuse ; l'air libre et échauffé par les rayons d'un soleil bienfaisant convient parfaitement. Parlerai-je des grands exercices, dont l'expérience a confirmé le précieux avantage?

Cabanis admettait deux autres tempéramens, le musculaire ou l'athlétique, et le nerveux, directement opposés l'un à l'autre. Ces deux tempéramens ne sont pas sans analogie avec les trois dont nous venons de parler.

L'athlète est remarquable par le développement des muscles, dont on aperçoit les saillies qu'ils forment au moindre mouvement, et par l'énergie et la force qu'il déploie dans toutes ses actions. Sa tête est petite, le cou renfoncé, surtout en arrière; les épaules larges, la poitrine ample, les hanches solides; la taille est petite et ramassée, l'embonpoint médiocre, la peau dure, peu de disposition aux travaux intellectuels, mais tendance marquée à tout emporter d'assaut ; peu de sensibilité, appétit considérable et digestion facile. La prédominance musculaire est ordinairement unie au tempérament bilieux.

L'athlète résiste difficilement aux maladies. Les exercices multipliés deviennent nuisibles, parce qu'au détriment des autres appareils ils favorisent le développement de l'appareil locomoteur, dont la prédominance est quelquefois assez grande pour éteindre, chez l'athlète, l'intelligence et la sensibilité. On remédierait à ce mal par un régime sagement ordonné : c'est alors qu'il faudrait surtout exercer la partie du cerveau qui préside à l'intelligence. Platon était d'une constitution athlétique; il s'adonna aux travaux de l'esprit d'une

manière opiniâtre, il fut un homme de génie. Le sommeil doit être de courte durée, et tout exercice actif proscrit. Dans ce cas, *Hippocrate* prescrivait les laxatifs et les évacuations sanguines.

Tempérament nerveux.

Le jeune homme d'un tempérament nerveux est grêle et élancé; les muscles sont faibles et minces; chez lui, le regard est timide, les yeux sont brillans, le crâne est large, l'encéphale développé; grande disposition aux travaux de l'esprit, sensations vives, sommeil léger; la tête est souvent le siége d'affections variées. Cette constitution trop caractérisée est une véritable maladie, dont le traitement varie comme la cause qui l'a produite. Le jeune homme nerveux s'abstiendra d'alimens excitans, ainsi que des boissons stimulantes de toute espèce. Le vin, le café, les liqueurs spiritueuses lui procurent des tremblemens, des spasmes, des convulsions même, et exagèrent sa constitution. Les bains et l'influence d'une atmosphère tempérée sont également salutaires. On n'ignore pas que les bains froids à l'eau courante ont souvent les plus heureux résultats. On évitera les passions vives, et les travaux de l'esprit seront interrompus; l'exercice est ce que l'on peut conseiller de plus utile. La chasse, l'équitation, la course, le saut sont expressément recommandés.

Nous terminerons en disant que l'éducation, la manière de vivre et les habitudes contractées surtout altèrent les dispositions naturelles du corps en faveur ou au détriment de tel ou tel tempérament. Il faut de bonne heure s'attacher à prévenir toute espèce de prédominance qui pourrait être nuisible.

Passions.

Les désordres matériels que déterminent souvent les passions, exigent que l'on ait égard à leur influence dans cette première époque de la vie. Quelques considérations à leur sujet se rattachent donc à l'éducation physique, et c'est par là que je terminerai ce travail, me bornant à ne dire que ce qui est indispensable, afin de ne pas m'écarter du plan que je me suis tracé.

Les passions sont les compagnes fidèles de l'homme pendant la durée de sa vie ; elles se succèdent dans son cœur, sans jamais s'en éloigner. A peine est-il sorti du sein de sa mère, qu'il se trouve soumis à leur influence ; est-il au moment de descendre dans la tombe, elles assiégent encore son âme prête à s'envoler vers le lieu de sa destination. Il ne lui est pas plus possible de vivre sans passions que d'exister sans sentimens. Le cœur de l'homme, dit *Juvénal*, a le vide en horreur ; personne ne peut être sans émotion, et conséquemment sans passion, dans les traverses de la vie. Les éprouver est une condition nécessaire de notre organisation : aussi rien, à la rigueur, n'est répréhensible dans ces affections ; mais c'est le propre de l'homme d'en prévenir l'abus en les soumettant à sa volonté. Il perd les nobles attributs d'être intelligent et raisonnable qu'il tient de Dieu, s'il devient leur esclave et languit sous leurs chaînes. Il y a toujours plus à perdre en se relâchant à leur égard qu'à gagner en les favorisant avec l'intention de les émousser. On peut les calmer plus ou moins, les combattre, leur donner le change, les opposer à leurs contraires. Il ne faut pas abandonner ainsi aux aquilons toutes voiles des vaisseaux dans la tempête. Elles sont toujours un écueil pour la santé et, même pour la vie, lorsqu'elles n'en sont pas un pour la fortune. Il est prouvé par toutes les expériences journalières de la vie qu'il existe une relation inséparable entre le moral et le physique, qui réagissent mutuellement l'un sur l'autre. Qui ne voit chaque jour des êtres minés lentement par des chagrins s'avançant vers la tombe malgré tous les remèdes, tous les secours prodigués pour soutenir leur vie défaillante ? Qui n'aperçoit pas les coups que portent soudainement aux entrailles une frayeur inopinée, un dépit concentré, une nouvelle foudroyante, ou même un transport de joie inespéré ? C'est ainsi que la passion excessive du jeu, l'ambition effrénée, et la colère que *Plutarque* définissait une convulsion de l'âme, tyrannisent souvent d'une manière bien cruelle ceux qui ont la faiblesse de ne pas les réprimer.

Il est un moyen sûr de mettre un frein à des appétences fougueuses,

qui ne consiste pas toujours à les attaquer de front, mais à diviser le foyer, afin que, réparties sur un plus grand nombre de points, elles perdent de leur force et agissent avec moins de violence.

Le jeune homme, emporté par l'ardeur d'une passion, exige la plus grande attention et la plus grande circonspection de la part de ceux qui s'intéressent à lui. Ce serait à tort qu'on lui refuserait l'intérêt que sa périlleuse condition réclame. Il est alors urgent de donner une autre direction à ses idées, et d'opposer une autre passion à celle que la morale fait un devoir de combattre. Les objets capables d'enflammer son imagination et d'entretenir le feu qui le consume, seront scrupuleusement éloignés ; et des occupations pénibles, sagement distribuées : elles sont un moyen infaillible contre l'amour, cette passion que *Théophraste* disait être une maladie de l'homme oisif. En fatigant le corps, elles ne manqueront pas de donner le change à l'esprit.

L'amour près du travail n'est qu'un enfant timide ;
Le travail est la seule égide
Qu'on puisse opposer à ses traits.

PIRON.

Un exercice utile et plein de charmes, c'est la chasse, qui devient bientôt la passion exclusive de celui qui s'y livre. Le chasseur, *teneræ conjugis immemor*, est rarement en proie aux tourmens de l'amour. Qui eut jamais plus d'éloignement pour les plaisirs que la chaste Diane et le sauvage Hippolyte, qui sut résister aux séductions de la fille de Minos et de Pasiphaë? Avant tout, on a dû travailler à entretenir le jeune homme dans une parfaite innocence. L'habitude de la sagesse sert de bouclier contre la fougue de l'âge, et souvent il faut plus compter sur son secours que sur celui de la raison, qui est quelquefois impuissante.

Cette fière raison, dont on fait tant de bruit,
Contre les passions n'est pas un sûr remède :
Un peu de vin la trouble, un enfant la séduit.

DESHOULIÈRES.

C'est par de sages conseils, par de judicieuses et fortes distractions, par la sobriété et un excès de travail, qu'on prémunira le jeune homme contre les trompeuses et funestes amorces de la volupté, et qu'on lui apprendra à vaincre les passions dans le sein *des plaisirs* même. Ainsi guidé et soutenu, on n'aura pas à craindre qu'il porte le trouble et le désordre dans les familles, qu'il fréquente les lieux de débauche, ou enfin qu'il se livre à une habitude aussi criminelle que destructive. C'est à regret que je lève la voile épais qui devrait toujours couvrir ce désordre honteux et affligeant pour l'humanité; mais il fait tant de victimes, que le médecin doit plus que tout autre éclairer sur ses dangers, par cela même qu'il est souvent réduit à n'accorder que la pitié et la compassion aux infortunés qui le font dépositaire de leurs maux.

Les parens ne sauraient assez surveiller leurs enfans et ceux qui les approchent, pour les prémunir contre la pratique de l'onanisme, qui est beaucoup plus répandue qu'on ne le pense communément chez les enfans et les adolescens de l'un et l'autre sexe. Elle n'est pas rare aux autres époques de la vie; des enfans qui ont à peine deux ou trois ans s'y livrent déjà : il ne faut pas croire que tous les enfans qui vivent isolés dans leur famille soient exempts de cette habitude, qui exerce tant de ravages dans les maisons d'éducation : la connaissance peut en être acquise dès le plus bas âge, soit par la communication avec des enfans qui ne sont pas innocens, soit par une circonstance fortuite ou par une sorte de mouvement instinctif.

Les mères se font ordinairement illusion sur l'innocence prétendue de leurs enfans, surtout de leurs filles. Celles-ci ne sont pas à l'abri de ce danger; peut-être même le mal semble ici prendre plus d'empire que chez les petits garçons : cette funeste habitude chez les femmes donne souvent lieu à des accès affreux d'hystérie, à des phlegmasies de divers organes, à des crampes cruelles, à des pertes blanches, à des fureurs utérines, qui enlèvent à la fois la pudeur et la raison, jusqu'à ce qu'enfin la mort vienne les arracher aux douleurs et à l'infamie.

On doit présumer l'existence de cette habitude quand, sans cause connue, on voit l'enfant maigrir et dépérir : et si l'on s'aperçoit que sa voix s'altère, que sa figure se décolore, que ses traits s'affaissent, que ses yeux perdent de leur éclat et de leur vivacité, que ses pupilles se dilatent, qu'il néglige ses devoirs pour chercher la solitude, que sa gaîté naïve l'abandonne, qu'il devient rêveur, mélancolique, et indifférent pour les personnes qui devraient lui être les plus chères ; à ces indices, on prononcera que ce jeune infortuné est sous l'empire d'une habitude qui le conduira immanquablement au tombeau, si on ne se hâte de recourir aux moyens qui peuvent l'en débarrasser. Il faut alors observer l'enfant, le surveiller sans qu'il s'en doute, ne pas le laisser seul, ne le faire coucher que lorsqu'il a envie de dormir, et le faire lever dès qu'il est éveillé ; des conseils paternels, des exhortations amicales et autres voies douces seront employés, en même temps qu'on l'occupera à des travaux agréables qui l'attachent et le séduisent ; il ne négligera pas les exercices pénibles et fatigans, capables d'appeler un sommeil prompt et durable. L'occupation continuelle de l'esprit, la distraction, les voyages, l'éloignement des livres et des spectacles, qui pourraient exciter des désirs ; l'usage des bains dans l'eau courante avec l'exercice de la natation, les bains de siége froids répétés plusieurs fois chaque jour, ont souvent déterminé les résultats les plus désirables. Le régime, dans ce cas, doit se composer d'alimens doux, tels que des viandes blanches et des légumes peu épicés, des boissons aqueuses ; peu ou point de vin, point de café ni de liqueurs. L'on puisera aussi dans la morale et la religion des secours qui ne doivent jamais être séparés des moyens que nous venons d'indiquer.

Enfin si la surveillance la plus exacte, les conseils et le régime ne peuvent rompre cette affligeante habitude, et que l'on ait affaire à des enfans et à des jeunes gens qui ont perdu la raison, on a recours, surtout pendant la nuit, à des moyens de contrainte propres à empêcher ces malheureux d'abuser d'eux-mêmes. On a proposé des

gants sans doigts, durs au toucher, des gilets de force et des ceintures dites de chasteté, mais on est forcé d'avouer que ces moyens sont souvent infructueux.

Osons-nous espérer avoir présenté quelque chose d'utile à l'enfance ! Ce travail, du moins, malgré ses imperfections, sera une preuve de nos efforts pour atteindre ce but, et nous aurons reçu la plus douce et la plus honorable des récompenses, si nous obtenons le suffrage des savans professeurs auxquels nous avons dû soumettre ce faible essai.

HIPPOCRATIS APHORISMI.

I.

Vita brevis, ars longa, occasio præceps, experientia fallax, judicium difficile. Oportet autem non modò se ipsum exhibere quæ oportet facientem, sed etiam ægrum, et præsentes, et externa. *Sect.* 1, *aph.* 1.

II.

Senes facillimè jejunium ferunt; secundò, ætate consistentes : minimè, adolescentes : omnium minimè, pueri; ex his autem, qui inter ipsos sunt alacriores. *Ibid.*, *aph.* 13.

III.

Victus humidus cum febricitantibus omnibus, tùm maximè pueris, et aliis tali victu consuetis, confert. *Ibid.*, *aph.* 16.

IV.

Animadvertendi sunt etiam quibus semel, aut bis et quibus plura vel pauciora et per partes exhibenda. Concedendum autem aliquid et consuetudini, et tempestati, et regioni, et ætati. *Ibid.*, *aph.* 18.

V.

In ætatibus autem talia eveniunt : parvis quidem recens natis pueris aphthæ, vomitus, tusses, vigiliæ, pavores, umbilici inflammationes, aurium humiditates. *Sect.* 3, *aph.* 24.